



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Förster, Norbert

□□: Braunschweig

□□: 669

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 58:47

□□: 9.19 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 137 (of 210)

□□□□□/□: 99 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 11(of 15)

□□□□□□□: 41:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:34	7:27	12	9:56	106	14:14	4.10	30:34	7:27	12	9:56	106	14:14
Loddenke	2.20	11:36	5:16	11	3:15	93	4:51	6.30	42:10	6:41	12	13:11	101	19:03
Ilsenburg/Markt	3.30	16:37	5:02	11	4:09	84	6:11	9.60	58:47	6:07	11	17:20	99	25:14