



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Hartmann, Leonard

□□□: 59:36

□□: 681

□□: 9.66 km/h

□□□□: 6:13 min/km

□□: 9.60 km

□□□□□/□□□: 143 (of 210)

9,6 km - Lauf

□□□□□/□: 102 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□:

□□□□□: 9(of 10)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 46:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 30:15 | 7:22 | 9 | 6:56 | 101 | 13:55 | 4.10 | 30:15 | 7:22 | 9 | 6:56 | 101 | 13:55 | |
| Loddenke | 2.20 | 11:57 | 5:25 | 9 | 2:36 | 103 | 5:12 | 6.30 | 42:12 | 6:41 | 9 | 9:32 | 102 | 19:05 | |
| Ilsenburg/Markt | 3.30 | 17:24 | 5:16 | 9 | 3:40 | 101 | 6:58 | 9.60 | 59:36 | 6:12 | 9 | 12:55 | 102 | 26:03 | |