



49. Brockenlauf

Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Hillmer, Frank

□□: Leipzig

□□: 688

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:04:32

□□: 8.37 km/h

□□□□: 6:43 min/km

□□□□□/□□□: 176 (of 210)

□□□□□/□: 115 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 11(of 11)

□□□□□□□: 38:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:29	8:10	11	14:04	118	17:09	4.10	33:29	8:10	11	14:04	118	17:09
Loddenke	2.20	12:24	5:38	10	4:53	111	5:39	6.30	45:53	7:16	11	18:57	115	22:46
Ilsenburg/Markt	3.30	18:39	5:39	10	6:53	112	8:13	9.60	1:04:32	6:43	11	25:50	115	30:59