



49. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Nautrup, Jens Peder

□□: Faaborg Ski- og Motionsklub
□□: 748

□□: 9.60 km
9,6 km - Lauf

□□□□:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 1:05:12

□□: 8.83 km/h
□□□□: 6:47 min/km

□□□□□/□□□: 179 (of 210)

□□□□□/□: 117 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 8(of 10)

□□□□□□□: 44:15

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 34:50 | 8:29 | 9 | 12:13 | 123 | 18:30 | 4.10 | 34:50 | 8:29 | 9 | 12:13 | 123 | 18:30 | |
| Loddenke | 2.20 | 11:37 | 5:16 | 6 | 3:10 | 95 | 4:52 | 6.30 | 46:27 | 7:22 | 9 | 15:23 | 118 | 23:20 | |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 18:45 | 5:40 | 7 | 5:34 | 113 | 8:19 | 9.60 | 1:05:12 | 6:47 | 8 | 20:57 | 117 | 31:39 | |