



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Striegler, Danilo

□□: LLG Springe

□□: 792

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:06:29

□□: 8.12 km/h

□□□□: 6:56 min/km

□□□□□/□□□: 186 (of 210)

□□□□□/□: 120 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 16(of 16)

□□□□□□□: 40:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:15	7:08	14	9:12	95	12:55	4.10	29:15	7:08	14	9:12	95	12:55
Loddenke	2.20	17:39	8:01	16	9:40	130	10:54	6.30	46:54	7:26	16	18:52	120	23:47
Ilsenburg/Markt	3.30	19:35	5:56	16	7:24	120	9:09	9.60	1:06:29	6:55	16	26:16	120	32:56