



49. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Wiesehöfer, Gereon

□□: Sinzheim

□□: 562

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:08:27

□□: 7.89 km/h

□□□□: 7:08 min/km

□□□□□/□□□: 192 (of 210)

□□□□□/□: 124 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 14(of 15)

□□□□□□□: 41:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	32:44	7:59	13	12:06	116	16:24	4.10	32:44	7:59	13	12:06	116	16:24	
Loddenke	2.20	14:52	6:45	15	6:31	127	8:07	6.30	47:36	7:33	14	18:37	123	24:29	
Ilsenburg/Markt	3.30	20:51	6:19	14	8:23	126	10:25	9.60	1:08:27	7:07	14	27:00	124	34:54	