



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Hörning, Jürgen

□□: TSV Langeoog

□□: 697

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

□□□: 1:25:28

□□: 6.32 km/h

□□□□: 8:54 min/km

□□□□□/□□□: 208 (of 210)

□□□□□/□: 130 (of 132)

□□□□□□: 33:33

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 50:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	40:47	9:56	5	14:48	131	24:27	4.10	40:47	9:56	5	14:48	131	24:27
Loddenke	2.20	18:52	8:34	5	8:42	132	12:07	6.30	59:39	9:28	5	23:30	131	36:32
Ilseburg/Markt	3.30	25:49	7:49	5	11:23	130	15:23	9.60	1:25:28	8:54	5	34:53	130	51:55