



50. Brockenlauf

Ilseburg / 04.09.2021

Ilseburg

Lampe, Manfred

SV Brake

720

9.60 km

9,6 km - Lauf

Ilseburg:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

1:02:26

8.65 km/h

6:30 min/km

110 (of 148)

77 (of 94)

35:15

1(of 4)

1:02:26

Ilseburg

Ilseburg

Ilseburg

Ilseburg	km	Ilseburg	min/km	-	-	Ilseburg	Ilseburg	Ilseburg	Ilseburg	Ilseburg	-	-	Ilseburg	Ilseburg
Ilseburg	km	Ilseburg	min/km	-	-	Ilseburg	Ilseburg	Ilseburg	Ilseburg	Ilseburg	-	-	Ilseburg	Ilseburg
Ilsestein	4.10	32:09	7:50	1	-	78	14:39	4.10	32:09	7:50	1	-	95	14:39
Loddenke	2.20	12:37	5:44	1	-	72	5:38	6.30	44:46	7:06	1	-	94	20:17
Ilseburg/Markt	3.30	17:40	5:21	1	-	74	6:54	9.60	1:02:26	6:30	1	-	77	27:11