



50. Brockenlauf
Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Zipter, Jan-Alrik

□□: Laufspass SW Sende

□□: 780

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:25:58

□□: 6.28 km/h

□□□□: 8:57 min/km

□□□□□/□□□: 146 (of 148)

□□□□□/□: 94 (of 94)

□□□□□□: 35:15

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 43:38

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 37:10 | 9:03 | 3 | 16:09 | 93 | 19:40 | 4.10 | 37:10 | 9:03 | 4 | 16:09 | 95 | 19:40 |
| Loddenke | 2.20 | 19:27 | 8:50 | 3 | 10:49 | 92 | 12:28 | 6.30 | 56:37 | 8:59 | 4 | 26:58 | 94 | 32:08 |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 29:21 | 8:53 | 3 | 15:22 | 93 | 18:35 | 9.60 | 1:25:58 | 8:57 | 3 | 42:20 | 94 | 50:43 |