



50. Brockenlauf
Ilseburg / 04.09.2021

□□□□

Landow, Sascha

□□: Bremen

□□: 802

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 54:13

□□: 9.96 km/h

□□□□: 5:39 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 148)

□□□□□/□: 50 (of 94)

□□□□□□: 35:15

□□□□□: 9(of 13)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:14	6:23	9	6:16	46	8:44	4.10	26:14	6:23	14	6:16	95	8:44
Loddenke	2.20	11:23	5:10	10	3:33	61	4:24	6.30	37:37	5:58	14	9:47	94	13:08
Ilseburg/Markt	3.30	16:36	5:01	10	4:45	60	5:50	9.60	54:13	5:38	9	14:32	50	18:58