



51. Brockenlauf

Ilseburg / 03.09.2022

□□□□

Franzke, Jan

□□: LSG Kassel
 □□: 576

□□: 9.60 km
 9,6 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 47:24

□□: 11.39 km/h
 □□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 27 (of 147)

□□□□□/□: 24 (of 90)

□□□□□□: 37:03

□□□□□: 2(of 8)

□□□□□□□: 40:14

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:49	5:48	2	3:37	25	5:04	4.10	23:49	5:48	2	3:37	25	5:04
Loddenke	2.20	9:39	4:23	2	1:44	29	5:04	6.30	33:28	5:18	2	5:21	26	28:53
Ilseburg/Markt	3.30	13:56	4:13	2	1:49	22	2:43	9.60	47:24	4:56	2	7:10	24	10:21