



51. Brockenlauf
Ilseburg / 03.09.2022

□□□□

Rüger, Christopher

□□: Rostock

□□: 657

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:10:40

□□: 7.64 km/h

□□□□: 7:22 min/km

□□□□□/□□□: 137 (of 147)

□□□□□/□: 86 (of 90)

□□□□□□: 37:03

□□□□□: 11(of 11)

□□□□□□□: 39:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	36:16	8:50	11	16:44	87	17:31	4.10	36:16	8:50	11	16:44	87	17:31
Loddenke	2.20	13:45	6:14	11	6:09	81	9:10	6.30	50:01	7:56	11	22:53	86	45:26
Ilseburg/Markt	3.30	20:39	6:15	11	8:31	82	9:26	9.60	1:10:40	7:21	11	31:24	86	33:37