



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Deckmann, Hans-Joachim

□□: TV Germania Wiedlah

□□: 584

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M70

□□□: 56:51

□□: 10.55 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 90 (of 135)

□□□□□/□: 68 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 4(of 9)

□□□□□□□: 47:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:47	7:15	5	6:15	75	13:12	4.10	29:47	7:15	4	6:15	40	3:30
□□ 1	1.60	8:31	5:19	5	1:18	66	3:28	5.70	38:18	6:43	4	7:33	40	3:55
□□□ □□	4.30	18:33	4:18	4	1:37	60	6:06	10.00	56:51	5:41	4	9:10	68	22:45