



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Soltau, Dieter

□□: PSV Welfenweg

□□: 565

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M70

□□□: 58:53

□□: 10.19 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 100 (of 135)

□□□□□/□: 72 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 6(of 9)

□□□□□□□: 47:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Ilsestein	4.10	30:24	7:24	6	6:52	76	13:49	4.10	30:24	7:24	6	6:52	36	4:07
□□ 1	1.60	8:16	5:10	4	1:03	61	3:13	5.70	38:40	6:47	6	7:55	36	4:17
□□□ □□	4.30	20:13	4:42	6	3:17	68	7:46	10.00	58:53	5:53	6	11:12	72	24:47