



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Lautenschläger, Bernd

□□: BLV Ilseburg

□□: 628

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M65

□□□: 1:01:11

□□: 9.81 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 118 (of 135)

□□□□□/□: 79 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 4(of 4)

□□□□□□□: 58:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Ilsestein	4.10	31:20	7:38	4	2:53	78	14:45	4.10	31:20	7:38	4	2:53	29	5:03
□□ 1	1.60	9:08	5:42	2	0:25	72	4:05	5.70	40:28	7:05	4	3:18	29	6:05
□□□ □□	4.30	20:43	4:49	1	-	72	8:16	10.00	1:01:11	6:07	4	2:56	79	27:05