



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Niespor, Rene

□□: SV Prießnitz

□□: 550

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 1:05:51

□□: 9.11 km/h

□□□□: 6:35 min/km

□□□□□/□□□: 128 (of 135)

□□□□□/□: 81 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 7(of 7)

□□□□□□□: 41:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:07	8:04	7	13:00	80	16:32	4.10	33:07	8:04	7	13:00	27	6:50
□□ 1	1.60	9:28	5:54	6	3:16	76	4:25	5.70	42:35	7:28	7	16:16	27	8:12
□□□ □□	4.30	23:16	5:24	7	8:22	83	10:49	10.00	1:05:51	6:35	7	24:13	81	31:45