



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Seidel, Carsten

□□: Skiklub Oker

□□: 563

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 43:56

□□: 13.66 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 135)

□□□□□/□: 24 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 41:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:06	5:23	2	1:59	25	5:31	4.10	22:06	5:23	3	1:59	83	
□□ 1	1.60	6:25	4:00	2	0:13	20	1:22	5.70	28:31	5:00	3	2:12	83	
□□□ □□	4.30	15:25	3:35	3	0:31	24	2:58	10.00	43:56	4:23	3	2:18	24	9:50