



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Kämpfer, Marcel

□□: TuS Elbingerode

□□: 537

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 48:00

□□: 12.50 km/h

□□□□: 4:48 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 135)

□□□□□/□: 40 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 48:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Ilsestein	4.10	23:42	5:46	1	-	42	7:07	4.10	23:42	5:46	1	-	67	
□□ 1	1.60	7:27	4:39	1	-	39	2:24	5.70	31:09	5:27	1	-	67	
□□□ □□	4.30	16:51	3:55	1	-	40	4:24	10.00	48:00	4:47	1	-	40	13:54