



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Krüger, Helmut

□□: Medizin Quedlinburg

□□: 504

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M70

□□□: 49:37

□□: 12.09 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 135)

□□□□□/□: 45 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 2(of 9)

□□□□□□□: 47:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	24:34	5:59	2	1:02	47	7:59	4.10	24:34	5:59	2	1:02	20		
□□ 1	1.60	7:39	4:46	2	0:26	47	2:36	5.70	32:13	5:39	2	1:28	20		
□□□ □□	4.30	17:24	4:02	2	0:28	48	4:57	10.00	49:37	4:57	2	1:56	45	15:31	