



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

**Dettmer, Daniel**

□□: Freistaat Hasserode

□□: 599

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 49:38

□□: 12.09 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 54 (of 135)

□□□□□/□: 46 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 34:06

□□□□

□□□□

□□□

| □□□       | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□   | □□□  | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10     | 24:12    | 5:54         | 8       | 7:37    | 44      | 7:37    | 4.10  | 24:12 | 5:54 | 9       | 7:36    | 19      |         |
| □□ 1      | 1.60     | 7:49     | 4:53         | 9       | 2:46    | 52      | 2:46    | 5.70  | 32:01 | 5:37 | 9       | 10:22   | 19      |         |
| □□□ □□    | 4.30     | 17:37    | 4:05         | 9       | 5:10    | 50      | 5:10    | 10.00 | 49:38 | 4:57 | 9       | 15:32   | 46      | 15:32   |