



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Schreinert, Axel

□□: Werder

□□: 560

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 51:13

□□: 11.71 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 59 (of 135)

□□□□□/□: 51 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 7(of 9)

□□□□□□□: 37:58

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 25:14 | 6:09 | 7 | 5:57 | 48 | 8:39 | 4.10 | 25:14 | 6:09 | 7 | 5:57 | 15 | |
| □□ 1 | 1.60 | 7:32 | 4:42 | 7 | 1:50 | 43 | 2:29 | 5.70 | 32:46 | 5:44 | 7 | 7:46 | 15 | |
| □□□ □□ | 4.30 | 18:27 | 4:17 | 7 | 5:29 | 59 | 6:00 | 10.00 | 51:13 | 5:07 | 7 | 13:15 | 51 | 17:07 |