



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Becker, Günter

□□: Drübeck

□□: 512

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M60

□□□: 55:02

□□: 10.90 km/h

□□□□: 5:30 min/km

□□□□□/□□□: 80 (of 135)

□□□□□/□: 62 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 46:11

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 27:14 | 6:38 | 3 | 4:46 | 60 | 10:39 | 4.10 | 27:14 | 6:38 | 3 | 4:46 | 4 | 0:57 | |
| □□ 1 | 1.60 | 7:56 | 4:57 | 3 | 0:45 | 54 | 2:53 | 5.70 | 35:10 | 6:10 | 3 | 5:26 | 4 | 0:47 | |
| □□□ □□ | 4.30 | 19:52 | 4:37 | 4 | 3:25 | 65 | 7:25 | 10.00 | 55:02 | 5:30 | 3 | 8:51 | 62 | 20:56 | |