



40. Brockenlauf 2010

Ilsenburg / 04.09.2010

□□□□

Bollmann, Manfred

□□: Ilsenburg

□□: 515

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 55:59

□□: 10.72 km/h

□□□□: 5:36 min/km

□□□□□/□□□: 82 (of 135)

□□□□□/□: 63 (of 85)

□□□□□□: 34:06

□□□□□: 7(of 8)

□□□□□□□: 38:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Ilsestein	4.10	27:43	6:45	6	8:33	62	11:08	4.10	27:43	6:45	6	8:33	3	1:26
□□ 1	1.60	8:24	5:15	7	2:41	63	3:21	5.70	36:07	6:20	6	11:14	3	1:44
□□□ □□	4.30	19:52	4:37	7	6:15	65	7:25	10.00	55:59	5:35	7	17:29	63	21:53