



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Lippe, Florian

□□: Harz-Gebirgslauf Wernigerode

□□: 649

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 37:41

□□: 14.33 km/h

□□□□: 3:56 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 149)

□□□□□/□: 7 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 6(of 15)

□□□□□□□: 33:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	18:13	4:26	6	1:58	7	1:58	4.10	18:13	4:26	6	1:58	7	1:58
Loddenke	2.20	7:41	3:29	6	0:59	6	0:59	6.30	25:54	4:06	6	2:57	7	2:57
Ilsenburg/Markt	3.30	11:47	3:34	6	1:39	13	1:39	9.60	37:41	3:55	6	4:36	7	4:36