



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Koch, Oliver

□□: VFB Germania Halberstadt

□□: 701

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 38:38

□□: 14.91 km/h

□□□□: 4:01 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 149)

□□□□□/□: 11 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 2(of 10)

□□□□□□□: 38:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	19:33	4:46	1	-	10	3:18	4.10	19:33	4:46	2	-	-	11	3:18
Loddenke	2.20	7:57	3:36	2	0:02	11	1:15	6.30	27:30	4:21	2	-	-	11	4:33
Ilsenburg/Markt	3.30	11:08	3:22	2	0:27	6	1:00	9.60	38:38	4:01	2	0:11	-	11	5:33