



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Lippe, Michael

□□: Harz-Gebirgslauf Wernigerode

□□: 703

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 40:23

□□: 13.37 km/h

□□□□: 4:13 min/km

□□□□□/□□□: 14 (of 149)

□□□□□/□: 14 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 1(of 13)

□□□□□□□: 40:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	19:52	4:50	1	-	18	3:37	4.10	19:52	4:50	1	-	14	3:37
Loddenke	2.20	8:35	3:54	1	-	20	1:53	6.30	28:27	4:30	1	-	14	5:30
Ilsenburg/Markt	3.30	11:56	3:36	1	-	14	1:48	9.60	40:23	4:12	1	-	14	7:18