



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Nipperdey, Johannes

□□: NRT Bad Bikers RSG Nordharz

□□: 699

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 40:37

□□: 14.18 km/h

□□□□: 4:14 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 149)

□□□□□/□: 17 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 1(of 8)

□□□□□□□: 40:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	19:37	4:47	1	-	13	3:22	4.10	19:37	4:47	1	-	17	3:22	
Loddenke	2.20	8:16	3:45	1	-	14	1:34	6.30	27:53	4:25	1	-	17	4:56	
Ilsenburg/Markt	3.30	12:44	3:51	1	-	19	2:36	9.60	40:37	4:13	1	-	17	7:32	