



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Bruns, Lorenz

□□: Darlingerode

□□: 691

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 45:56

□□: 11.76 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 149)

□□□□□/□: 30 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 2(of 8)

□□□□□□□: 40:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:59	5:36	2	3:22	31	6:44	4.10	22:59	5:36	2	3:22	30	6:44
Loddenke	2.20	9:19	4:14	2	1:03	32	2:37	6.30	32:18	5:07	2	4:25	30	9:21
Ilsenburg/Markt	3.30	13:38	4:07	2	0:54	31	3:30	9.60	45:56	4:47	2	5:19	30	12:51