



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Fricke, Klaus

□□: TSV Bredelem

□□: 583

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M60

□□□: 51:51

□□: 10.41 km/h

□□□□: 5:24 min/km

□□□□□/□□□: 75 (of 149)

□□□□□/□: 67 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 46:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	25:43	6:16	2	2:07	65	9:28	4.10	25:43	6:16	2	2:07	64	9:28	
Loddenke	2.20	10:28	4:45	2	0:45	60	3:46	6.30	36:11	5:44	2	2:52	67	13:14	
Ilsenburg/Markt	3.30	15:40	4:44	2	2:49	68	5:32	9.60	51:51	5:24	2	5:41	67	18:46	