



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Schreinert, Axel

□□: Werder / OT Glindow

□□: 594

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 52:08

□□: 11.05 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 77 (of 149)

□□□□□/□: 68 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 6(of 13)

□□□□□□□: 40:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	25:04	6:06	5	5:12	56	8:49	4.10	25:04	6:06	6	5:12	68	8:49
Loddenke	2.20	10:30	4:46	6	1:55	62	3:48	6.30	35:34	5:38	6	7:07	68	12:37
Ilsenburg/Markt	3.30	16:34	5:01	9	4:38	76	6:26	9.60	52:08	5:25	6	11:45	68	19:03