



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf
 Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Schmidt, Hans-Arne

□□: Wernigerode

□□: 697

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 54:52

□□: 10.50 km/h

□□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□: 86 (of 149)

□□□□□/□: 73 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 5(of 8)

□□□□□□□: 40:37

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 26:07 | 6:22 | 5 | 6:30 | 70 | 9:52 | 4.10 | 26:07 | 6:22 | 5 | 6:30 | 73 | 9:52 |
| Loddenke | 2.20 | 11:45 | 5:20 | 5 | 3:29 | 82 | 5:03 | 6.30 | 37:52 | 6:00 | 5 | 9:59 | 73 | 14:55 |
| Ilsenburg/Markt | 3.30 | 17:00 | 5:09 | 6 | 4:16 | 80 | 6:52 | 9.60 | 54:52 | 5:42 | 5 | 14:15 | 73 | 21:47 |