



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Müller, Michael

□□: HV Ilsenburg

□□: 655

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 56:57

□□: 10.11 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 95 (of 149)

□□□□□/□: 79 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 10(of 13)

□□□□□□□: 40:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:01	6:50	10	8:09	77	11:46	4.10	28:01	6:50	10	8:09	79	11:46
Loddenke	2.20	11:50	5:22	12	3:15	83	5:08	6.30	39:51	6:19	10	11:24	78	16:54
Ilsenburg/Markt	3.30	17:06	5:10	10	5:10	83	6:58	9.60	56:57	5:55	10	16:34	79	23:52