



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Siegel, Olaf

□□: Ilsenburg

□□: 642

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 57:49

□□: 9.34 km/h

□□□□: 6:01 min/km

□□□□□/□□□: 99 (of 149)

□□□□□/□: 83 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 12(of 13)

□□□□□□□: 40:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:34	6:58	11	8:42	82	12:19	4.10	28:34	6:58	12	8:42	83	12:19	
Loddenke	2.20	11:40	5:18	11	3:05	80	4:58	6.30	40:14	6:23	12	11:47	83	17:17	
Ilsenburg/Markt	3.30	17:35	5:19	11	5:39	88	7:27	9.60	57:49	6:01	12	17:26	83	24:44	