



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf
Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Bollmann, Manfred

□□: Ilsenburg

□□: 690

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M55

□□□: 58:49

□□: 9.18 km/h

□□□□: 6:08 min/km

□□□□□/□□□: 103 (of 149)

□□□□□/□: 86 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 38:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	28:28	6:56	4	9:45	81	12:13	4.10	28:28	6:56	5	9:45	86	12:13	
Loddenke	2.20	12:31	5:41	7	4:37	93	5:49	6.30	40:59	6:30	5	14:22	86	18:02	
Ilsenburg/Markt	3.30	17:50	5:24	5	6:25	91	7:42	9.60	58:49	6:07	5	20:47	86	25:44	