



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Brenzel, Dr. Lothar

□□: Rennsteiglaufverein

□□: 625

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M65

□□□: 1:02:37

□□: 8.62 km/h

□□□□: 6:31 min/km

□□□□□/□□□: 130 (of 149)

□□□□□/□: 100 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 5(of 6)

□□□□□□□: 46:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:52	7:17	4	6:32	91	13:37	4.10	29:52	7:17	5	6:32	100	13:37	
Loddenke	2.20	13:45	6:14	5	4:05	101	7:03	6.30	43:37	6:55	4	10:37	99	20:40	
Ilsenburg/Markt	3.30	19:00	5:45	4	5:22	99	8:52	9.60	1:02:37	6:31	5	15:59	100	29:32	