



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Niespor, René

□□: SV Prießnitz e.V.

□□: 562

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 1:08:30

□□: 8.41 km/h

□□□□: 7:08 min/km

□□□□□/□□□: 143 (of 149)

□□□□□/□: 105 (of 107)

□□□□□□: 33:05

□□□□□: 13(of 13)

□□□□□□□: 40:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:00	8:02	13	13:08	103	16:45	4.10	33:00	8:02	13	13:08	105	16:45	
Loddenke	2.20	13:47	6:15	13	5:12	102	7:05	6.30	46:47	7:25	13	18:20	105	23:50	
Ilsenburg/Markt	3.30	21:43	6:34	13	9:47	106	11:35	9.60	1:08:30	7:08	13	28:07	105	35:25	