



42. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2012

□□□□

Jespersen, Jakob

□□: AK-Kilen

□□: 680

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

□□□: 42:59

□□: 12.56 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 13 (of 174)

□□□□□/□: 10 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 39:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:22	5:27	2	2:50	18	5:43	4.10	22:22	5:27	2	2:50	11	5:43	
Loddenke	2.20	8:24	3:49	2	0:37	10	1:30	6.30	30:46	4:53	2	3:27	11	7:13	
Ilsenburg/Markt	3.30	12:13	3:42	2	0:09	8	1:28	9.60	42:59	4:28	2	3:36	10	8:41	