



42. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Hanold, Udo

□□: SV Post Schwerin

□□: 642

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 43:19

□□: 12.47 km/h

□□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 14 (of 174)

□□□□□/□: 11 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 2(of 12)

□□□□□□□: 37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	21:40	5:17	2	3:11	11	5:01	4.10	21:40	5:17	3	3:11	12	5:01
Loddenke	2.20	8:36	3:54	2	1:11	16	1:42	6.30	30:16	4:48	3	4:22	12	6:43
Ilseburg/Markt	3.30	13:03	3:57	2	1:27	14	2:18	9.60	43:19	4:30	2	5:49	11	9:01