



42. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2012

□□□□

Siggemann, Sebastian

□□: 677

□□: 9.60 km
Ilsesteinlauf

□□□□:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 44:22

□□: 12.17 km/h
□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 174)

□□□□□/□: 15 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 1(of 9)

□□□□□□□: 44:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	21:59	5:21	1	-	14	5:20	4.10	21:59	5:21	1	-	16	5:20
Loddenke	2.20	8:42	3:57	2	0:18	19	1:48	6.30	30:41	4:52	1	-	16	7:08
Ilsenburg/Markt	3.30	13:41	4:08	2	1:07	27	2:56	9.60	44:22	4:37	1	-	15	10:04