



42. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2012

□□□□

Hahne, Uwe

□□□: 44:44

□□: 509

□□: 12.88 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□: 9.60 km

□□□□□/□□□: 26 (of 174)

Ilsesteinlauf

□□□□□/□: 22 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□:

□□□□□: 5(of 12)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 42:34

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 22:30 | 5:29 | 5 | 1:22 | 19 | 5:51 | 4.10 | 22:30 | 5:29 | 5 | 1:22 | 22 | 5:51 |
| Loddenke | 2.20 | 8:56 | 4:03 | 5 | 0:23 | 25 | 2:02 | 6.30 | 31:26 | 4:59 | 5 | 1:45 | 22 | 7:53 |
| Ilsenburg/Markt | 3.30 | 13:18 | 4:01 | 2 | 0:25 | 19 | 2:33 | 9.60 | 44:44 | 4:39 | 5 | 2:10 | 22 | 10:26 |