



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Schinner, Michael

□□□: 46:06

□□: 503

□□: 11.71 km/h

□□□□: 4:48 min/km

□□: 9.60 km

□□□□□/□□□: 35 (of 174)

Ilsesteinlauf

□□□□□/□: 30 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□:

□□□□□: 4(of 9)

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□□□□□: 44:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Ilsestein	4.10	23:04	5:37	3	1:05	28	6:25	4.10	23:04	5:37	4	1:05	31	6:25
Loddenke	2.20	9:10	4:09	3	0:46	31	2:16	6.30	32:14	5:06	4	1:33	31	8:41
Ilseburg/Markt	3.30	13:52	4:12	3	1:18	30	3:07	9.60	46:06	4:48	4	1:44	30	11:48