



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Seifert, Christian

□□: Ilseburg

□□: 600

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 46:37

□□: 11.58 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 38 (of 174)

□□□□□/□: 33 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 5(of 16)

□□□□□□□: 34:18

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 23:30 | 5:43 | 6 | 6:51 | 35 | 6:51 | 4.10 | 23:30 | 5:43 | 5 | 6:51 | 34 | 6:51 |
| Loddenke | 2.20 | 8:55 | 4:03 | 3 | 2:01 | 23 | 2:01 | 6.30 | 32:25 | 5:08 | 5 | 8:52 | 34 | 8:52 |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 14:12 | 4:18 | 5 | 3:27 | 37 | 3:27 | 9.60 | 46:37 | 4:51 | 5 | 12:19 | 33 | 12:19 |