



42. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2012

□□□□

Armgart, Matthias

□□: Wolfenbüttel

□□: 514

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 49:15

□□: 10.96 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 174)

□□□□□/□: 44 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 7(of 13)

□□□□□□□: 38:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	25:10	6:08	7	6:21	50	8:31	4.10	25:10	6:08	7	5:47	46	8:31
Loddenke	2.20	9:34	4:20	7	2:03	45	2:40	6.30	34:44	5:30	7	7:50	46	11:11
Ilsenburg/Markt	3.30	14:31	4:23	7	3:16	46	3:46	9.60	49:15	5:07	7	11:06	44	14:57