



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Ratschke, Rico

□□□: 49:18

□□: 695

□□: 10.95 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□: 9.60 km

□□□□□/□□□: 54 (of 174)

Ilsesteinlauf

□□□□□/□: 46 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□:

□□□□□: 8(of 12)

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□□□□□: 42:34

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-------|------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 25:25 | 6:11 | 8 | 4:17 | 54 | 8:46 | 4.10 | 25:25 | 6:11 | 8 | 4:17 | 47 | 8:46 |
| Loddenke | 2.20 | 9:30 | 4:19 | 7 | 0:57 | 42 | 2:36 | 6.30 | 34:55 | 5:32 | 8 | 5:14 | 47 | 11:22 |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 14:23 | 4:21 | 8 | 1:30 | 43 | 3:38 | 9.60 | 49:18 | 5:08 | 8 | 6:44 | 46 | 15:00 |