



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