



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Jespersen, Poul

□□: AK-Kilen

□□: 681

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 50:04

□□: 10.79 km/h

□□□□: 5:13 min/km

□□□□□/□□□: 63 (of 174)

□□□□□/□: 52 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 2(of 10)

□□□□□□□: 46:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	25:10	6:08	3	1:56	50	8:31	4.10	25:10	6:08	2	1:56	46	8:31
Loddenke	2.20	10:14	4:39	3	0:54	61	3:20	6.30	35:24	5:37	2	2:50	53	11:51
Ilseburg/Markt	3.30	14:40	4:26	2	0:32	47	3:55	9.60	50:04	5:12	2	3:22	52	15:46