



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Auhage, Jörg

□□: Hannover

□□: 520

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 52:53

□□: 10.21 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 79 (of 174)

□□□□□/□: 65 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 5(of 12)

□□□□□□□: 43:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:32	6:28	5	4:21	63	9:53	4.10	26:32	6:28	5	3:48	65	9:53	
Loddenke	2.20	11:05	5:02	9	2:57	80	4:11	6.30	37:37	5:58	5	6:45	65	14:04	
Ilseburg/Markt	3.30	15:16	4:37	7	2:12	62	4:31	9.60	52:53	5:30	5	8:57	65	18:35	