



42. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2012

□□□□

Bauer, Ralf

□□: Wernigerode

□□: 513

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 54:18

□□: 9.94 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 97 (of 174)

□□□□□/□: 74 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 9(of 12)

□□□□□□□: 42:34

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 28:11 | 6:52 | 9 | 7:03 | 78 | 11:32 | 4.10 | 28:11 | 6:52 | 9 | 7:03 | 74 | 11:32 | |
| Loddenke | 2.20 | 10:11 | 4:37 | 9 | 1:38 | 58 | 3:17 | 6.30 | 38:22 | 6:05 | 9 | 8:41 | 73 | 14:49 | |
| Ilsenburg/Markt | 3.30 | 15:56 | 4:49 | 9 | 3:03 | 75 | 5:11 | 9.60 | 54:18 | 5:39 | 9 | 11:44 | 74 | 20:00 | |