



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	