



42. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Nagel, Wolfgang

□□: Salzgitter

□□: 533

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Senioren M65 (65-69 Jahre)

□□□: 59:05

□□: 9.14 km/h

□□□□: 6:09 min/km

□□□□□/□□□: 130 (of 174)

□□□□□/□: 92 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 7(of 10)

□□□□□□□: 46:42

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:24	7:24	9	7:10	99	13:45	4.10	30:24	7:24	7	7:10	92	13:45
Loddenke	2.20	11:30	5:13	6	2:10	88	4:36	6.30	41:54	6:39	7	9:20	92	18:21
Ilseburg/Markt	3.30	17:11	5:12	7	3:03	91	6:26	9.60	59:05	6:09	7	12:23	92	24:47