



42. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Kastendeich, Horst

□□: SG Dankerode

□□: 711

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Senioren M75 (75 und älter)

□□□: 1:07:48

□□: 7.96 km/h

□□□□: 7:04 min/km

□□□□□/□□□: 164 (of 174)

□□□□□/□: 108 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 1:07:48

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:27	8:09	1	-	108	16:48	4.10	33:27	8:09	1	-	108	16:48
Loddenke	2.20	15:58	7:15	2	2:07	112	9:04	6.30	49:25	7:50	1	-	108	25:52
Ilseburg/Markt	3.30	18:23	5:34	1	-	104	7:38	9.60	1:07:48	7:03	1	-	108	33:30