



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Werner, Detlef

□□□: 1:12:31

□□: ESV 49 Angermünde Laufgruppe -Die Lokvögel-□□: 7.94 km/h

□□: 640

□□□□: 7:33 min/km

□□: 9.60 km

□□□□□/□□□: 171 (of 174)

Ilsesteinlauf

□□□□□/□: 112 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□:

□□□□□: 12(of 12)

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□□□□□: 37:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	37:00	9:01	12	18:31	112	20:21	4.10	37:00	9:01	12	18:31	112	20:21
Loddenke	2.20	14:55	6:46	12	7:30	110	8:01	6.30	51:55	8:14	12	26:01	112	28:22
Ilseburg/Markt	3.30	20:36	6:14	12	9:00	110	9:51	9.60	1:12:31	7:33	12	35:01	112	38:13