



43. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2013

□□□□

Fischer, Marco

□□: SSV Plockhorst

□□: 719

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 53:50

□□: 10.03 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 170)

□□□□□/□: 64 (of 111)

□□□□□□: 33:31

□□□□□: 13(of 17)

□□□□□□□: 33:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:31	6:42	15	11:08	73	11:08	4.10	27:31	6:42	6	4:40	63	10:50	
Loddenke	2.20	11:09	5:04	14	4:35	76	4:35	6.30	38:40	6:08	6	6:01	63	15:25	
Ilsenburg/Markt	3.30	15:10	4:35	13	4:57	49	4:57	9.60	53:50	5:36	13	20:19	64	20:19	