



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Berndt, Markus

□□: Skiclub Ilseburg

□□: 728

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 54:55

□□: 9.83 km/h

□□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□: 96 (of 170)

□□□□□/□: 74 (of 111)

□□□□□□: 33:31

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 38:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:46	6:46	8	8:14	74	11:23	4.10	27:46	6:46	9	8:14	73	11:05	
Loddenke	2.20	10:45	4:53	8	2:47	61	4:11	6.30	38:31	6:06	9	10:46	73	15:16	
Ilseburg/Markt	3.30	16:24	4:58	9	5:10	71	6:11	9.60	54:55	5:43	9	15:56	74	21:24	