



43. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2013

□□□□

Schneider, Jörg

□□: Ilsenburg

□□: 631

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 55:01

□□: 9.82 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 97 (of 170)

□□□□□/□: 75 (of 111)

□□□□□□: 33:31

□□□□□: 9(of 14)

□□□□□□□: 45:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:02	6:35	9	4:05	66	10:39	4.10	27:02	6:35	9	4:05	74	10:21
Loddenke	2.20	11:08	5:03	9	2:16	75	4:34	6.30	38:10	6:03	9	6:21	74	14:55
Ilsenburg/Markt	3.30	16:51	5:06	9	3:18	80	6:38	9.60	55:01	5:43	9	9:29	75	21:30