



43. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2013

□□□□

Pollmann, Josef

□□: LAC Hochsuaerland

□□: 974

□□: 9.60 km

9,6 km - Wanderung

□□□□:

Männer

□□□: 1:38:43

□□: 5.47 km/h

□□□□: 10:17 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 20)

□□□□□/□: 9 (of 10)

□□□□□□: 1:05:28

□□□□□: 9(of 10)

□□□□□□□: 1:05:28

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein | 4.10 | 43:58 | 10:43 | 8 | 13:40 | 8 | 13:40 | 4.10 | 43:58 | 10:43 | 9 | 13:40 | 9 | 13:40 |
| Loddenke | 2.20 | 22:07 | 10:03 | 9 | 8:19 | 9 | 8:19 | 6.30 | 1:06:05 | 10:29 | 9 | 21:59 | 9 | 21:59 |
| Ilsenburg/Markt | 3.30 | 32:38 | 9:53 | 9 | 11:16 | 9 | 11:16 | 9.60 | 1:38:43 | 10:16 | 9 | 33:15 | 9 | 33:15 |