



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Schalanda, Benjamin

□□: SCC Berlin

□□: 714

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 38:59

□□: 13.85 km/h

□□□□: 4:04 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 170)

□□□□□/□: 7 (of 111)

□□□□□□: 33:31

□□□□□: 1(of 11)

□□□□□□□: 38:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	19:32	4:45	1	-	7	3:09	4.10	19:32	4:45	1	-	7	2:51	
Loddenke	2.20	8:13	3:44	3	0:15	9	1:39	6.30	27:45	4:24	1	-	7	4:30	
Ilseburg/Markt	3.30	11:14	3:24	1	-	6	1:01	9.60	38:59	4:03	1	-	7	5:28	