



43. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2013

□□□□

Wetterling, Sascha

□□: Königshütte

□□: 564

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 47:17

□□: 12.18 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 170)

□□□□□/□: 28 (of 111)

□□□□□□: 33:31

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 38:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	23:54	5:49	5	4:22	28	7:31	4.10	23:54	5:49	5	4:22	27	7:13
Loddenke	2.20	9:11	4:10	5	1:13	21	2:37	6.30	33:05	5:15	5	5:20	27	9:50
Ilsenburg/Markt	3.30	14:12	4:18	5	2:58	28	3:59	9.60	47:17	4:55	5	8:18	28	13:46