



44. Brockenlauf

Ilsenburg / 06.09.2014

□□□□

Lamm, Siegfried

□□: Harz-Gebirgslauf Wernigerode
 □□: 539

□□: 9.60 km
 9,6 km - Lauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 53:43

□□: 10.05 km/h
 □□□□: 5:36 min/km

□□□□□/□□□: 75 (of 175)

□□□□□/□: 62 (of 119)

□□□□□□: 33:35

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 51:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:06	6:21	2	0:46	58	9:28	4.10	26:06	6:21	2	0:46	63	
Loddenke	2.20	11:38	5:17	5	0:56	81	4:55	6.30	37:44	5:59	2	1:42	63	
Ilsenburg/Markt	3.30	15:59	4:50	5	0:50	66	5:47	9.60	53:43	5:35	2	1:58	63	20:08