



44. Brockenlauf
Ilsenburg / 06.09.2014

□□□□

Sulkowski, Christian

□□: fSV Grün Weiß Ilsenburg
□□: 671

□□: 9.60 km
9,6 km - Lauf

□□□□:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 57:26

□□: 9.40 km/h
□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 106 (of 175)

□□□□□/□: 81 (of 119)

□□□□□□: 33:35

□□□□□: 10(of 11)

□□□□□□□: 39:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	26:52	6:33	8	6:39	70	10:14	4.10	26:52	6:33	9	6:23	86		
Loddenke	2.20	13:01	5:55	10	4:54	108	6:18	6.30	39:53	6:19	9	11:17	86	0:17	
Ilsenburg/Markt	3.30	17:33	5:19	9	6:16	89	7:21	9.60	57:26	5:58	10	17:33	84	23:51	