



44. Brockenlauf  
Ilsenburg / 06.09.2014

□□□□

Isensee, Achim

□□: 696

□□: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

□□□□:  
Senioren M60 (60-64 Jahre)

□□□: 57:05

□□: 9.46 km/h  
□□□□: 5:57 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 175)

□□□□□/□: 79 (of 119)

□□□□□□: 33:35

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 47:29

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:35	7:12	5	5:09	98	12:57	4.10	29:35	7:12	6	5:09	79	1:11	
Loddenke	2.20	11:44	5:19	4	2:35	83	5:01	6.30	41:19	6:33	7	7:44	118	1:43	
Ilsenburg/Markt	3.30	15:46	4:46	4	1:52	60	5:34	9.60	57:05	5:56	5	9:36	80	23:30	