



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Friese, Jörg

□□: Volkslaufgem. 1991 Magdeburg

□□: 328

□□: 27.00 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 1:50:19

□□: 14.68 km/h

□□□□: 4:05 min/km

□□□□□/□□□: 7 (of 403)

□□□□□/□: 7 (of 355)

□□□□□□: 1:44:00

□□□□□: 1(of 92)

□□□□□□□: 1:50:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hermannsklippe	9.00	42:06	4:40	1	-	10	2:58	9.00	42:06	4:40	82	-	-	7	2:58
Brocken	3.00	20:57	6:59	1	-	9	2:10	12.00	1:03:03	5:15	82	-	-	7	4:41
□□	15.00	47:16	3:09	1	-	2	1:38	27.00	1:50:19	4:05	1	-	-	7	6:19