



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Bönig, Torsten

□□: Potsdamer Laufclub

□□: 261

□□: 27.00 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 1:58:01

□□: 13.73 km/h

□□□□: 4:22 min/km

□□□□□/□□□: 16 (of 403)

□□□□□/□: 16 (of 355)

□□□□□□: 1:44:00

□□□□□: 3(of 92)

□□□□□□□: 1:50:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hermannsklippe	9.00	45:06	5:00	5	3:00	22	5:58	9.00	45:06	5:00	68			16	5:58
Brocken	3.00	22:00	7:19	5	1:03	20	3:13	12.00	1:07:06	5:35	68			16	8:44
□□	15.00	50:55	3:23	3	3:39	10	5:17	27.00	1:58:01	4:22	3	7:42		16	14:01