



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

**Heermann, Hans-Joachim**

□□: SC Lüchow

□□: 279

□□: 27.00 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 2:06:00

□□: 12.86 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 403)

□□□□□/□: 33 (of 355)

□□□□□□: 1:44:00

□□□□□: 9(of 92)

□□□□□□□: 1:50:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hermannsklippe	9.00	47:07	5:14	9	5:01	33	7:59	9.00	47:07	5:14	62			33	7:59
Brocken	3.00	23:58	7:59	8	3:01	41	5:11	12.00	1:11:05	5:55	62			33	12:43
□□	15.00	54:55	3:39	9	7:39	32	9:17	27.00	2:06:00	4:40	9	15:41		33	22:00