



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

**Steffen, Rüdiger**

□□: Blankenburg

□□: 182

□□: 27.00 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M50

□□□: 2:19:16

□□: 11.63 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 95 (of 403)

□□□□□/□: 93 (of 355)

□□□□□□: 1:44:00

□□□□□: 11(of 54)

□□□□□□□: 2:08:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hermannsklippe	9.00	52:46	5:51	13	5:05	101	13:38	9.00	52:46	5:51	38			93	13:38
Brocken	3.00	25:04	8:21	8	2:31	64	6:17	12.00	1:17:50	6:29	38			93	19:28
□□	15.00	1:01:26	4:05	16	5:17	108	15:48	27.00	2:19:16	5:09	11	10:49		93	35:16