



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Knabe, Jens

□□: Team Luftwaffe Köln

□□: 300

□□: 27.00 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 2:27:32

□□: 10.98 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 169 (of 403)

□□□□□/□: 161 (of 355)

□□□□□□: 1:44:00

□□□□□: 34(of 61)

□□□□□□□: 1:44:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hermannsklippe	9.00	54:48	6:05	30	15:40	153	15:40	9.00	54:48	6:05	4	-	161	15:40
Brocken	3.00	28:28	9:29	34	9:14	180	9:41	12.00	1:23:16	6:56	4	-	161	24:54
□□	15.00	1:04:16	4:17	33	18:38	156	18:38	27.00	2:27:32	5:27	34	43:32	161	43:32