



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Jost, Steffen

□□□: 2:35:50

□□: 399

□□: 10.40 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□: 27.00 km

□□□□□/□□□: 227 (of 403)

Brockenlauf

□□□□□/□: 213 (of 355)

□□□□□□: 1:44:00

□□□□:

□□□□□: 17(of 23)

Männer M20

□□□□□□□: 1:47:53

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|------|---------|---------|---------|---------|
| Hermannsklippe | 9.00 | 54:42 | 6:04 | 14 | 15:33 | 144 | 15:34 | 9.00 | 54:42 | 6:04 | 8 | 0:28 | 123 | 15:34 |
| Brocken | 3.00 | 29:34 | 9:51 | 16 | 10:47 | 212 | 10:47 | 12.00 | 1:24:16 | 7:01 | 8 | 1:21 | 213 | 25:54 |
| □□ | 15.00 | 1:11:34 | 4:46 | 18 | 21:37 | 250 | 25:56 | 27.00 | 2:35:50 | 5:46 | 17 | 47:57 | 213 | 51:50 |