



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Rzodeczko, Thorsten

□□: lauffreunde emsland

□□: 185

□□: 27.00 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 2:39:35

□□: 10.15 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 256 (of 403)

□□□□□/□: 239 (of 355)

□□□□□□: 1:44:00

□□□□□: 42(of 61)

□□□□□□□: 1:44:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hermannsklippe	9.00	59:27	6:36	46	20:19	241	20:19	9.00	59:27	6:36	12	0:58	222	20:19
Brocken	3.00	29:07	9:42	38	9:53	197	10:20	12.00	1:28:34	7:22	12		232	30:12
□□	15.00	1:11:01	4:44	48	25:23	245	25:23	27.00	2:39:35	5:54	42	55:35	239	55:35