



40. Brockenlauf 2010

Ilsenburg / 04.09.2010

□□□□

Förster, Norbert

□□: Braunschweig

□□: 71

□□: 27.00 km

Brockenlauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 2:51:14

□□: 9.46 km/h

□□□□: 6:20 min/km

□□□□□/□□□: 312 (of 403)

□□□□□/□: 287 (of 355)

□□□□□□: 1:44:00

□□□□□: 55(of 61)

□□□□□□□: 1:44:00

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Hermannsklippe | 9.00 | 1:02:37 | 6:57 | 53 | 23:29 | 284 | 23:29 | 9.00 | 1:02:37 | 6:57 | 25 | 4:08 | 284 | 23:29 | |
| Brocken | 3.00 | 31:04 | 10:21 | 44 | 11:50 | 249 | 12:17 | 12.00 | 1:33:41 | 7:48 | 25 | 3:27 | 288 | 35:19 | |
| □□ | 15.00 | 1:17:33 | 5:10 | 55 | 31:55 | 300 | 31:55 | 27.00 | 2:51:14 | 6:20 | 55 | 1:07:14 | 288 | 1:07:14 | |