



42. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Meenken, Thomas

□□: Team Harzcore

□□: 655

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 45:32

□□: 12.65 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 174)

□□□□□/□: 26 (of 112)

□□□□□□: 34:18

□□□□□: 4(of 16)

□□□□□□□: 34:18

□□□□

□□□□

□□□

| □□□            | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein      | 4.10     | 23:23    | 5:42         | 5       | 6:44    | 33      | 6:44    | 4.10 | 23:23     | 5:42          | 4       | 6:44    | 28      | 6:44    |
| Loddenke       | 2.20     | 8:58     | 4:04         | 4       | 2:04    | 26      | 2:04    | 6.30 | 32:21     | 5:08          | 4       | 8:48    | 28      | 8:48    |
| Ilseburg/Markt | 3.30     | 13:11    | 3:59         | 3       | 2:26    | 16      | 2:26    | 9.60 | 45:32     | 4:44          | 4       | 11:14   | 26      | 11:14   |