



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Zierold, Uwe

□□: Potsdamer Laufclub
 □□: 348

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:10:07

□□: 11.99 km/h
 □□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□□: 51 (of 426)

□□□□□/□: 50 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 5(of 58)

□□□□□□□: 1:45:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	15:25	4:40	5	2:53	32	2:59	3.30	15:25	4:40	34	-	25	2:59
Schlüsie	3.10	16:31	5:19	3	2:25	27	3:05	6.40	31:56	4:59	33	-	39	6:04
Hermannsklippe	2.60	14:42	5:39	3	2:13	32	2:57	9.00	46:38	5:10	34	-	50	9:01
Brocken	3.10	24:01	7:44	5	4:02	44	5:55	12.10	1:10:39	5:50	34	-	50	14:56
Eiserner Handwe	3.60	16:14	4:30	14	4:16	82	4:16	15.70	1:26:53	5:32	34	-	50	18:30
Schlüsie	4.10	15:19	3:44	12	3:23	76	3:23	19.80	1:42:12	5:09	34	-	50	21:14
Loddenke	3.10	13:00	4:11	19	2:34	108	2:47	22.90	1:55:12	5:01	34	-	50	24:01
Ilseburg/Markt	3.30	14:55	4:31	26	3:09	137	3:46	26.20	2:10:07	4:57	5	24:50	50	27:47