



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Tschapka, Frank

□□: Team Erdinger Alkoholfrei

□□: 243

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:15:04

□□: 11.55 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 426)

□□□□□/□: 81 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 13(of 58)

□□□□□□□: 1:45:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:10	4:53	9	3:38	58	3:44	3.30	16:10	4:53	42	-	-	81	3:44
Schlüsie	3.10	17:29	5:38	9	3:23	55	4:03	6.40	33:39	5:15	42	-	-	81	7:47
Hermannsklippe	2.60	15:25	5:55	7	2:56	55	3:40	9.00	49:04	5:27	42	-	-	81	11:27
Brocken	3.10	23:37	7:37	4	3:38	38	5:31	12.10	1:12:41	6:00	42	-	-	81	16:58
Eiserner Handwe	3.60	17:58	4:59	30	6:00	168	6:00	15.70	1:30:39	5:46	42	-	-	81	22:16
Schlüsie	4.10	17:00	4:08	25	5:04	169	5:04	19.80	1:47:39	5:26	42	-	-	81	26:41
Loddenke	3.10	13:00	4:11	19	2:34	108	2:47	22.90	2:00:39	5:16	42	-	-	81	29:28
Ilseburg/Markt	3.30	14:25	4:22	15	2:39	106	3:16	26.20	2:15:04	5:09	13	29:47	81	32:44	