



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Willrodt, Dierk

□□: Altenholz
 □□: 37

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:19:57

□□: 11.15 km/h
 □□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□□: 119 (of 426)

□□□□□/□: 115 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 22(of 77)

□□□□□□□: 1:59:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:39	5:02	17	1:56	84	4:13	3.30	16:39	5:02	76	-	115	4:13
Schlüsie	3.10	17:59	5:48	16	1:35	86	4:33	6.40	34:38	5:24	76	-	115	8:46
Hermannsklippe	2.60	15:54	6:06	17	1:58	83	4:09	9.00	50:32	5:36	76	-	115	12:55
Brocken	3.10	25:34	8:14	16	3:39	79	7:28	12.10	1:16:06	6:17	46	-	75	20:23
Eiserner Handwe	3.60	18:26	5:07	42	4:26	187	6:28	15.70	1:34:32	6:01	76	-	115	26:09
Schlüsie	4.10	17:55	4:22	45	4:39	210	5:59	19.80	1:52:27	5:40	76	-	115	31:29
Loddenke	3.10	13:51	4:28	33	2:39	158	3:38	22.90	2:06:18	5:30	76	-	115	35:07
Ilseburg/Markt	3.30	13:39	4:08	11	1:08	52	2:30	26.20	2:19:57	5:20	22	20:56	115	37:37