



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Graupe, Manfred

□□: LAV Alfeld
 □□: 259

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 2:20:16

□□: 11.12 km/h
 □□□□: 5:21 min/km

□□□□□/□□□□: 121 (of 426)

□□□□□/□: 116 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 5(of 26)

□□□□□□□: 2:07:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:53	5:25	6	1:48	139	5:27	3.30	17:53	5:25	23	-	116	5:27
Schlüsie	3.10	18:09	5:51	3	0:48	95	4:43	6.40	36:02	5:37	23	-	116	10:10
Hermannsklippe	2.60	16:20	6:16	3	1:05	107	4:35	9.00	52:22	5:49	23	-	116	14:45
Brocken	3.10	26:28	8:32	4	1:38	109	8:22	12.10	1:18:50	6:30	23	-	116	23:07
Eiserner Handwe	3.60	16:34	4:36	5	1:37	99	4:36	15.70	1:35:24	6:04	23	-	116	27:01
Schlüsie	4.10	15:30	3:46	3	1:35	82	3:34	19.80	1:50:54	5:36	23	-	116	29:56
Loddenke	3.10	13:11	4:15	3	1:40	116	2:58	22.90	2:04:05	5:25	23	-	116	32:54
Ilseburg/Markt	3.30	16:11	4:54	11	3:04	219	5:02	26.20	2:20:16	5:21	5	13:07	116	37:56