



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Löw, Mario

□□: Vorwärts Nedden
 □□: 11

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 2:20:58

□□: 11.07 km/h
 □□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 126 (of 426)

□□□□□/□: 121 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 21(of 58)

□□□□□□□: 1:45:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:03	5:28	26	5:31	144	5:37	3.30	18:03	5:28	50	-	85	5:37
Schlüsie	3.10	18:25	5:56	18	4:19	108	4:59	6.40	36:28	5:41	50	-	121	10:36
Hermannsklippe	2.60	16:56	6:30	21	4:27	134	5:11	9.00	53:24	5:56	50	-	121	15:47
Brocken	3.10	28:17	9:07	25	8:18	166	10:11	12.10	1:21:41	6:45	50	-	121	25:58
Eiserner Handwe	3.60	17:34	4:52	22	5:36	143	5:36	15.70	1:39:15	6:19	50	-	121	30:52
Schlüsie	4.10	15:42	3:49	16	3:46	95	3:46	19.80	1:54:57	5:48	50	-	121	33:59
Loddenke	3.10	12:34	4:03	10	2:08	65	2:21	22.90	2:07:31	5:34	50	-	121	36:20
Ilseburg/Markt	3.30	13:27	4:04	5	1:41	42	2:18	26.20	2:20:58	5:22	21	35:41	121	38:38