



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Heine, Stefan

□□: VfR Wilsche - Neubokel
 □□: 130

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:29:40

□□: 10.42 km/h
 □□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□: 179 (of 426)

□□□□□/□: 169 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 35(of 77)

□□□□□□□: 1:59:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:30	5:36	37	3:47	168	6:04	3.30	18:30	5:36	63	0:20	73	6:04
Schlüsie	3.10	20:16	6:32	41	3:52	195	6:50	6.40	38:46	6:03	63		169	12:54
Hermannsklippe	2.60	17:48	6:50	35	3:52	179	6:03	9.00	56:34	6:17	63		169	18:57
Brocken	3.10	28:50	9:18	36	6:55	176	10:44	12.10	1:25:24	7:03	63		169	29:41
Eiserner Handwe	3.60	18:07	5:01	37	4:07	171	6:09	15.70	1:43:31	6:35	63		169	35:08
Schlüsie	4.10	16:20	3:59	28	3:04	134	4:24	19.80	1:59:51	6:03	63		169	38:53
Loddenke	3.10	13:58	4:30	34	2:46	166	3:45	22.90	2:13:49	5:50	63		169	42:38
Ilseburg/Markt	3.30	15:51	4:48	44	3:20	197	4:42	26.20	2:29:40	5:42	35	30:39	169	47:20