



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Bedemann, Torsten

□□: Ziltendorfer Rennmäuse
 □□: 140

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:31:17

□□: 10.31 km/h
 □□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 192 (of 426)

□□□□□/□: 182 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 40(of 77)

□□□□□□□: 1:59:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:43	5:22	26	3:00	130	5:17	3.30	17:43	5:22	20	-	182	5:17
Schlüsie	3.10	19:06	6:09	27	2:42	141	5:40	6.40	36:49	5:45	20	-	182	10:57
Hermannsklippe	2.60	17:04	6:33	27	3:08	145	5:19	9.00	53:53	5:59	20	-	182	16:16
Brocken	3.10	28:58	9:20	38	7:03	179	10:52	12.10	1:22:51	6:50	20	-	182	27:08
Eiserner Handwe	3.60	19:33	5:25	52	5:33	239	7:35	15.70	1:42:24	6:31	20	-	182	34:01
Schlüsie	4.10	18:22	4:28	47	5:06	229	6:26	19.80	2:00:46	6:05	20	-	182	39:48
Loddenke	3.10	15:26	4:58	54	4:14	256	5:13	22.90	2:16:12	5:56	20	-	182	45:01
Ilseburg/Markt	3.30	15:05	4:34	29	2:34	146	3:56	26.20	2:31:17	5:46	40	32:16	182	48:57