



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Papendieck, Ralf

□□: Schwedter Hasen
 □□: 267

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:34:25

□□: 10.10 km/h
 □□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 221 (of 426)

□□□□□/□: 205 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 43(of 77)

□□□□□□□: 1:59:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:54	5:43	41	4:11	191	6:28	3.30	18:54	5:43	17	0:44	166	6:28	
Schlüsie	3.10	20:00	6:27	36	3:36	176	6:34	6.40	38:54	6:04	17		205	13:02	
Hermannsklippe	2.60	18:17	7:01	42	4:21	211	6:32	9.00	57:11	6:21	17		205	19:34	
Brocken	3.10	32:21	10:26	56	10:26	284	14:15	12.10	1:29:32	7:23	16		205	33:49	
Eiserner Handwe	3.60	18:37	5:10	45	4:37	199	6:39	15.70	1:48:09	6:53	17		205	39:46	
Schlüsie	4.10	17:52	4:21	44	4:36	208	5:56	19.80	2:06:01	6:21	17		205	45:03	
Loddenke	3.10	13:23	4:19	25	2:11	130	3:10	22.90	2:19:24	6:05	17		205	48:13	
Ilseburg/Markt	3.30	15:01	4:33	27	2:30	141	3:52	26.20	2:34:25	5:53	43	35:24	205	52:05	