



42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Kajüter, Burkhard

□□: Emsbüren

□□: 60

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:35:37

□□: 10.02 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 230 (of 426)

□□□□□/□: 214 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 46(of 77)

□□□□□□□: 1:59:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	17:44	5:22	27	3:01	131	5:18	3.30	17:44	5:22	14			214	5:18
Schlüsie	3.10	20:25	6:35	42	4:01	200	6:59	6.40	38:09	5:57	14			214	12:17
Hermannsklippe	2.60	19:18	7:25	50	5:22	251	7:33	9.00	57:27	6:23	14			214	19:50
Brocken	3.10	31:06	10:01	47	9:11	247	13:00	12.10	1:28:33	7:19	14			214	32:50
Eiserner Handwe	3.60	19:27	5:24	51	5:27	236	7:29	15.70	1:48:00	6:52	14			214	39:37
Schlüsie	4.10	17:26	4:15	40	4:10	187	5:30	19.80	2:05:26	6:20	14			214	44:28
Loddenke	3.10	14:10	4:34	38	2:58	180	3:57	22.90	2:19:36	6:05	14			214	48:25
Ilseburg/Markt	3.30	16:01	4:51	46	3:30	204	4:52	26.20	2:35:37	5:56	46	36:36		214	53:17