



42. Brockenlauf

Ilsenburg / 01.09.2012

□□□□

Steingräber, Lucian

□□: Ahrensböck
 □□: 101

□□: 26.20 km
 Brockenlauf

□□□□:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 3:29:11

□□: 7.46 km/h
 □□□□: 7:59 min/km

□□□□□/□□□: 412 (of 426)

□□□□□/□: 359 (of 371)

□□□□□□: 1:42:20

□□□□□: 77(of 77)

□□□□□□□: 1:59:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	23:55	7:14	77	9:12	362	11:29	3.30	23:55	7:14	22	5:45	360	11:29
Schlüsie	3.10	25:26	8:12	77	9:02	357	12:00	6.40	49:21	7:42	22	9:14	360	23:29
Hermannsklippe	2.60	24:28	9:24	77	10:32	360	12:43	9.00	1:13:49	8:12	22	13:35	360	36:12
Brocken	3.10	39:24	12:42	77	17:29	362	21:18	12.10	1:53:13	9:21	22	19:30	360	57:30
Eiserner Handwe	3.60	24:24	6:46	74	10:24	352	12:26	15.70	2:17:37	8:45	22	25:31	360	1:09:14
Schlüsie	4.10	27:55	6:48	77	14:39	363	15:59	19.80	2:45:32	8:21	22	36:04	360	1:24:34
Loddenke	3.10	20:40	6:40	77	9:28	362	10:27	22.90	3:06:12	8:07	22	42:20	360	1:35:01
Ilsenburg/Markt	3.30	22:59	6:57	77	10:28	360	11:50	26.20	3:29:11	7:59	77	1:30:10	359	1:46:51