



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

**Oppermann, Waltraud**

□□: Seedorf

□□: 475

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Frauen W50

□□□: 1:00:05

□□: 9.99 km/h

□□□□: 6:01 min/km

□□□□□/□□□: 109 (of 135)

□□□□□/□: 35 (of 50)

□□□□□□: 36:31

□□□□□: 5(of 5)

□□□□□□□: 53:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:16	7:22	4	3:07	33	12:35	4.10	30:16	7:22	5	3:07	11		
□□ 1	1.60	9:05	5:40	4	1:02	34	3:29	5.70	39:21	6:54	5	4:09	11		
□□□ □□	4.30	20:44	4:49	5	2:33	33	7:30	10.00	1:00:05	6:00	5	6:35	35	23:34	