



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Genge, Silke

□□: TSV Langeln

□□: 460

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Frauen W40

□□□: 1:00:18

□□: 9.95 km/h

□□□□: 6:02 min/km

□□□□□/□□□: 113 (of 135)

□□□□□/□: 36 (of 50)

□□□□□□: 36:31

□□□□□: 9(of 13)

□□□□□□□: 44:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	29:48	7:16	7	7:41	29	12:07	4.10	29:48	7:16	9	7:41	12		
□□ 1	1.60	9:36	5:59	9	3:04	43	4:00	5.70	39:24	6:54	9	10:45	12		
□□□ □□	4.30	20:54	4:51	9	4:42	34	7:40	10.00	1:00:18	6:01	9	15:27	36	23:47	