



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 | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|---------|------|---------|---------|---------|---------|
| 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 |