



# 40. Brockenlauf 2010

Ilsenburg / 04.09.2010

□□□□

Wadehn, Martina

□□: Ilsenburg

□□: 485

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Frauen W20

□□□: 1:02:46

□□: 9.56 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 124 (of 135)

□□□□□/□: 44 (of 50)

□□□□□□: 36:31

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 1:01:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Ilsestein	4.10	32:16	7:52	2	1:16	45	14:35	4.10	32:16	7:52	2	1:16	20	1:16
□□ 1	1.60	9:16	5:47	2	0:31	40	3:40	5.70	41:32	7:17	2	1:47	20	1:47
□□□ □□	4.30	21:14	4:56	1	-	38	8:00	10.00	1:02:46	6:16	2	1:45	44	26:15