



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

Albrecht, Frauke

□□: NSV Wernigerode

□□: 450

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Frauen W40

□□□: 44:51

□□: 13.38 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 30 (of 135)

□□□□□/□: 4 (of 50)

□□□□□□: 36:31

□□□□□: 1(of 13)

□□□□□□□: 44:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Ilsestein	4.10	22:07	5:23	1	-	5	4:26	4.10	22:07	5:23	1	-	29	
□□ 1	1.60	6:32	4:04	1	-	3	0:56	5.70	28:39	5:01	1	-	29	
□□□ □□	4.30	16:12	3:46	1	-	4	2:58	10.00	44:51	4:29	1	-	4	8:20