



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

□□□□

**Bonitz, Saskia**

□□: Clausthal

□□: 496

□□: 10.00 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Frauen W30

□□□: 56:33

□□: 10.61 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 85 (of 135)

□□□□□/□: 21 (of 50)

□□□□□□: 36:31

□□□□□: 5(of 6)

□□□□□□□: 36:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:15	6:38	4	9:34	18	9:34	4.10	27:15	6:38	3	9:34	26		
□□ 1	1.60	8:22	5:13	5	2:46	20	2:46	5.70	35:37	6:14	5	12:20	46		
□□□ □□	4.30	20:56	4:52	5	7:42	35	7:42	10.00	56:33	5:39	5	20:02	21	20:02	