



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Hildebrandt, Irina

□□: Musikexpress Abbenrode

□□: 694

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Frauen W40

□□□: 1:00:59

□□: 9.45 km/h

□□□□: 6:21 min/km

□□□□□/□□□: 120 (of 149)

□□□□□/□: 25 (of 42)

□□□□□□: 41:50

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 49:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:51	7:31	4	5:28	25	11:06	4.10	30:51	7:31	5	5:28	5	
Loddenke	2.20	12:29	5:40	6	2:41	30	3:59	6.30	43:20	6:52	5	8:09	5	
Ilsenburg/Markt	3.30	17:39	5:20	5	3:15	25	4:47	9.60	1:00:59	6:21	5	11:24	25	19:09