



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

□□□□

Hellerling, Antje

□□: Drübeck

□□: 660

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Frauen W45

□□□: 1:04:42

□□: 8.35 km/h

□□□□: 6:44 min/km

□□□□□/□□□: 135 (of 149)

□□□□□/□: 34 (of 42)

□□□□□□: 41:50

□□□□□: 7(of 9)

□□□□□□□: 50:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:39	8:12	8	8:09	35	13:54	4.10	33:39	8:12	7	8:09	13	1:32
Loddenke	2.20	12:01	5:27	6	1:29	25	3:31	6.30	45:40	7:14	7	9:38	13	0:32
Ilsenburg/Markt	3.30	19:02	5:46	7	4:26	36	6:10	9.60	1:04:42	6:44	7	13:48	34	22:52