



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

□□□□

Heinicke, Karola

□□: LG Osterwieck

□□: 277

□□: 26.20 km

Brockenlauf

□□□□:

Frauen W45

□□□: 2:44:35

□□: 9.48 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 191 (of 370)

□□□□□/□: 22 (of 53)

□□□□□□: 2:03:07

□□□□□: 7(of 14)

□□□□□□□: 2:23:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	18:40	5:39	4	1:07	16	4:21	3.30	18:40	5:39	7	0:54	49		
Schlüsie	3.10	21:16	6:51	6	1:56	20	5:13	6.40	39:56	6:14	7	2:50	49		
Hermannsklippe	2.60	18:25	7:05	6	1:57	20	5:07	9.00	58:21	6:29	7	4:47	49		
Brocken	3.10	33:50	10:54	8	6:08	27	11:24	12.10	1:32:11	7:37	7	10:55	48		
Eiserner Handwe	3.60	20:38	5:43	6	3:02	24	5:00	15.70	1:52:49	7:11	7	13:54	49		
Schlüsie	4.00	18:17	4:34	5	3:01	18	3:25	19.70	2:11:06	6:39	7	16:26	45		
Loddenke	3.20	15:40	4:53	6	1:43	20	2:47	22.90	2:26:46	6:24	7	18:07	48		
Ilseburg/Markt	3.30	17:49	5:23	9	3:12	30	4:11	26.20	2:44:35	6:16	7	20:43	22	41:28	