



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Herbst, Simone

□□: Blankenburg

□□: 703

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 46:03

□□: 11.73 km/h

□□□□: 4:48 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 174)

□□□□□/□: 5 (of 62)

□□□□□□: 41:09

□□□□□: 2(of 22)

□□□□□□□: 42:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:32	5:29	2	1:23	5	2:10	4.10	22:32	5:29	22	-	36	
Loddenke	2.20	9:32	4:19	3	1:09	6	1:31	6.30	32:04	5:05	22	-	36	
Ilseburg/Markt	3.30	13:59	4:14	2	0:53	5	1:13	9.60	46:03	4:47	2	3:25	5	4:54