



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Lenk, Heike

□□: Poing

□□: 546

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:02:58

□□: 8.58 km/h

□□□□: 6:34 min/km

□□□□□/□□□: 155 (of 174)

□□□□□/□: 48 (of 62)

□□□□□□: 41:09

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 41:09

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:00	8:02	5	12:38	52	12:38	4.10	33:00	8:02	4	12:38	1	-	
Loddenke	2.20	11:36	5:16	4	3:35	37	3:35	6.30	44:36	7:04	4	16:13	1	-	
Ilseburg/Markt	3.30	18:22	5:33	4	5:36	48	5:36	9.60	1:02:58	6:33	4	21:49	48	21:49	