



42. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2012

□□□□

Albrecht, Birgit

□□: Menden

□□: 715

□□: 9.60 km

Ilsesteinlauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:13:31

□□: 7.35 km/h

□□□□: 7:40 min/km

□□□□□/□□□: 172 (of 174)

□□□□□/□: 60 (of 62)

□□□□□□: 41:09

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 55:16

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	35:58	8:46	3	8:24	60	15:36	4.10	35:58	8:46	3	8:24	29	2:58
Loddenke	2.20	15:09	6:53	3	3:42	60	7:08	6.30	51:07	8:06	3	12:06	29	6:31
Ilseburg/Markt	3.30	22:24	6:47	3	6:09	60	9:38	9.60	1:13:31	7:39	3	18:15	60	32:22