



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Kühne, Andrea

□□: könig-fitness Ilseburg

□□: 584

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:01:24

□□: 8.79 km/h

□□□□: 6:24 min/km

□□□□□/□□□: 138 (of 170)

□□□□□/□: 42 (of 59)

□□□□□□: 40:00

□□□□□: 4(of 11)

□□□□□□□: 55:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	31:35	7:42	5	4:15	44	11:35	4.10	31:35	7:42	4	3:55	12		
Loddenke	2.20	11:31	5:14	3	0:13	33	3:43	6.30	43:06	6:50	4	4:04	12		
Ilseburg/Markt	3.30	18:18	5:32	5	2:13	44	6:09	9.60	1:01:24	6:23	4	5:56	42	21:24	