



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

Ilseburg

Decker, Wenke

Ilse: Thale

Ilse: 662

Ilse: 9.60 km

9,6 km - Lauf

Ilseburg:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Ilseburg: 1:03:10

Ilse: 8.55 km/h

Ilseburg: 6:35 min/km

Ilseburg/Ilse: 147 (of 170)

Ilseburg/Ilse: 46 (of 59)

Ilseburg: 40:00

Ilseburg: 6(of 11)

Ilseburg: 55:28

Ilseburg

Ilseburg

Ilse

Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse	Ilse
km	km	min/km	-	-	-	-	km	km	min/km	-	-	-	-	-
Ilsestein	4.10	32:06	7:49	6	4:46	48	12:06	4.10	32:06	7:49	6	4:26	1	-
Loddenke	2.20	12:21	5:36	5	1:03	40	4:33	6.30	44:27	7:03	6	5:25	1	-
Ilseburg/Markt	3.30	18:43	5:40	7	2:38	48	6:34	9.60	1:03:10	6:34	6	7:42	46	23:10