



43. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2013

□□□□

Max, Andrea

□□: NIX tun kann JEDER

□□: 574

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:05:51

□□: 8.75 km/h

□□□□: 6:52 min/km

□□□□□/□□□: 153 (of 170)

□□□□□/□: 50 (of 59)

□□□□□□: 40:00

□□□□□: 4(of 5)

□□□□□□□: 53:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	34:01	8:17	4	6:46	54	14:01	4.10	34:01	8:17	3	5:55	20	1:55
Loddenke	2.20	12:24	5:38	3	1:59	41	4:36	6.30	46:25	7:22	3	7:26	20	1:58
Ilsenburg/Markt	3.30	19:26	5:53	4	3:15	50	7:17	9.60	1:05:51	6:51	4	12:00	50	25:51