



43. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2013

□□□□

Zimmermann, Uta

□□: Hannover

□□: 501

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:09:42

□□: 7.75 km/h

□□□□: 7:16 min/km

□□□□□/□□□: 161 (of 170)

□□□□□/□: 53 (of 59)

□□□□□□: 40:00

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 55:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	33:43	8:13	9	6:23	53	13:43	4.10	33:43	8:13	9	6:03	23	1:37
Loddenke	2.20	14:53	6:45	10	3:35	54	7:05	6.30	48:36	7:42	9	9:34	23	4:09
Ilsenburg/Markt	3.30	21:06	6:23	11	5:01	58	8:57	9.60	1:09:42	7:15	9	14:14	53	29:42