



43. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2013

□□□□

Gauert, Nasira

□□: Braunschweig

□□: 56

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:51:30

□□: 9.10 km/h

□□□□: 6:33 min/km

□□□□□/□□□: 294 (of 456)

□□□□□/□: 29 (of 57)

□□□□□□: 2:11:42

□□□□□: 5(of 13)

□□□□□□□: 2:27:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	20:53	6:19	6	2:19	34	5:12	3.30	20:53	6:19	5	2:19	16		
Schlüsie	3.10	22:37	7:17	6	2:35	33	5:13	6.40	43:30	6:47	5	4:54	3		
Hermannsklippe	2.60	21:14	8:09	6	3:00	38	5:58	9.00	1:04:44	7:11	5	7:54	16		
Brocken	3.10	35:19	11:23	6	4:59	38	10:54	12.10	1:40:03	8:16	5	12:52	16		
Eiserner Handwe	3.60	19:10	5:19	3	2:48	19	3:19	15.70	1:59:13	7:35	5	15:40	16		
Schlüsie	4.10	18:05	4:24	4	2:19	16	3:42	19.80	2:17:18	6:56	5	17:59	16		
Loddenke	3.10	15:39	5:02	6	2:26	27	3:24	22.90	2:32:57	6:40	5	20:25	16		
Ilseburg/Markt	3.30	18:33	5:37	8	3:38	38	5:13	26.20	2:51:30	6:32	5	24:03	29	39:48	