



43. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2013

□□□□

Damrau, Antje

□□: Harz-Gebirgslauf Wernigerode

□□: 600

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 41:07

□□: 13.13 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 170)

□□□□□/□: 2 (of 59)

□□□□□□: 40:00

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 41:07

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein       | 4.10     | 20:00    | 4:52         | 1       | -       | 1       | -       | 4.10      | 20:00     | 4:52          | 1       | -       | 32      |         |
| Loddenke        | 2.20     | 8:16     | 3:45         | 1       | -       | 2       | 0:28    | 6.30      | 28:16     | 4:29          | 1       | -       | 32      |         |
| Ilsenburg/Markt | 3.30     | 12:51    | 3:53         | 1       | -       | 2       | 0:42    | 9.60      | 41:07     | 4:16          | 1       | -       | 2       | 1:07    |