



46. Brockenlauf  
Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Och, Kathrin

□□: Berlin

□□: 772

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

□□□: 52:59

□□: 10.87 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□□□□/□□□: 90 (of 193)

□□□□□/□: 16 (of 57)

□□□□□□: 41:44

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 46:33

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Loddenke        | 6.30     | 37:27    | 5:56         | 3       | 4:58    | 17      | 8:43    | 6.30 | 37:27     | 5:56          | 3       | 4:58    | 17      | 8:43    |
| Ilsenburg/Markt | 3.30     | 15:32    | 4:42         | 3       | 1:28    | 16      | 2:47    | 9.60 | 52:59     | 5:31          | 3       | 6:26    | 16      | 11:15   |