



46. Brockenlauf  
Ilsenburg / 03.09.2016

□□□□

Korneli, Manuela

□□: Zeulenroda

□□: 627

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 54:18

□□: 10.61 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 99 (of 193)

□□□□□/□: 19 (of 57)

□□□□□□: 41:44

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 42:46

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Loddenke        | 6.30     | 37:26    | 5:56         | 5       | 7:34    | 16      | 8:42    | 6.30 | 37:26     | 5:56          | 5       | 7:34    | 16      | 8:42    |
| Ilsenburg/Markt | 3.30     | 16:52    | 5:06         | 5       | 3:58    | 31      | 4:07    | 9.60 | 54:18     | 5:39          | 5       | 11:32   | 19      | 12:34   |