



48. Brockenlauf  
Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Diekhaus, Christine

□□: LC Solbad Ravensberg

□□: 645

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 55:39

□□: 9.70 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 104 (of 230)

□□□□□/□: 28 (of 94)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 1(of 7)

□□□□□□□: 55:39

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Ilsestein       | 4.10     | 28:58    | 7:03         | 1       | -       | 34      | 8:12    | 4.10 | 28:58     | 7:03      | 1             | -       | 34      | 8:12    |         |
| Loddenke        | 2.20     | 11:17    | 5:07         | 1       | -       | 31      | 2:53    | 6.30 | 40:15     | 6:23      | 1             | -       | 33      | 10:58   |         |
| Ilsenburg/Markt | 3.30     | 15:24    | 4:40         | 1       | -       | 13      | 2:27    | 9.60 | 55:39     | 5:47      | 1             | -       | 28      | 12:58   |         |