



48. Brockenlauf
 Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Bluhm-Weinhold, Annemarie

□□: LC Solbad Ravensberg
 □□: 638

□□: 9.60 km
 9,6 km - Lauf

□□□□:
 Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 55:40

□□: 9.70 km/h
 □□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 105 (of 230)

□□□□□/□: 29 (of 94)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 5(of 11)

□□□□□□□: 49:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	27:58	6:49	5	3:29	27	7:12	4.10	27:58	6:49	5	3:29	27	7:12
Loddenke	2.20	11:49	5:22	6	2:01	40	3:25	6.30	39:47	6:18	6	4:47	30	10:30
Ilsenburg/Markt	3.30	15:53	4:48	5	1:36	22	2:56	9.60	55:40	5:47	5	6:23	29	12:59