



48. Brockenlauf
Ilsenburg / 01.09.2018

□□□□

Flammiger, Steffi

□□: Running Team Süßmann/Zittau

□□: 655

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:01:07

□□: 8.84 km/h

□□□□: 6:22 min/km

□□□□□/□□□: 152 (of 230)

□□□□□/□: 49 (of 94)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 55:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:49	7:30	3	1:51	48	10:03	4.10	30:49	7:30	3	1:51	48	10:03	
Loddenke	2.20	12:10	5:31	4	0:53	46	3:46	6.30	42:59	6:49	3	2:44	47	13:42	
Ilsenburg/Markt	3.30	18:08	5:29	4	2:44	58	5:11	9.60	1:01:07	6:21	3	5:28	49	18:26	