



48. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Wilhelms, Heike

□□: GZBW-Runners

□□: 793

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:04:14

□□: 8.97 km/h

□□□□: 6:41 min/km

□□□□□/□□□: 185 (of 230)

□□□□□/□: 68 (of 94)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 55:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	32:27	7:54	5	3:29	68	11:41	4.10	32:27	7:54	5	3:29	68	11:41	
Loddenke	2.20	13:06	5:57	5	1:49	61	4:42	6.30	45:33	7:13	5	5:18	64	16:16	
Ilseburg/Markt	3.30	18:41	5:39	5	3:17	71	5:44	9.60	1:04:14	6:41	5	8:35	68	21:33	