



48. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Michel-Lauter, Beate

□□: Bochum

□□: 719

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:07:44

□□: 8.50 km/h

□□□□: 7:04 min/km

□□□□□/□□□: 202 (of 230)

□□□□□/□: 77 (of 94)

□□□□□□: 42:41

□□□□□: 13(of 20)

□□□□□□□: 53:22

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	35:26	8:38	17	8:38	83	14:40	4.10	35:26	8:38	17	8:38	83	14:40
Loddenke	2.20	13:58	6:20	12	3:48	73	5:34	6.30	49:24	7:50	15	12:12	81	20:07
Ilseburg/Markt	3.30	18:20	5:33	11	2:17	63	5:23	9.60	1:07:44	7:03	13	14:22	77	25:03