



DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

□□□□

Karnofka, Tanja

□□: ASC Rosellen/Neuss

□□: 111

□□: 11.70 km

Deutsche Berglaufmeisterschaft

□□□□:

Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

□□□: 1:15:31

□□: 8.74 km/h

□□□□: 6:27 min/km

□□□□□/□□□□: 191 (of 346)

□□□□□/□: 32 (of 107)

□□□□□□: 58:28

□□□□□: 2 (of 9)

□□□□□□□: 1:03:50

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.00	14:40	4:53	3	1:39	37	2:21	3.00	14:40	4:53	3	1:39	37	2:21	
□□ 2	1.00	5:50	5:49	3	0:43	32	1:02	4.00	20:30	5:07	3	2:22	37	3:23	
□□ 3	1.00	6:14	6:14	3	0:59	38	1:25	5.00	26:44	5:20	3	3:21	35	4:48	
□□ 4	1.00	6:58	6:58	3	1:05	33	1:34	6.00	33:42	5:37	3	4:26	34	6:20	
□□□ Hermannskli	2.60	17:04	6:33	2	2:19	32	3:53	8.60	50:46	5:54	3	6:45	32	10:13	
vor der Schiene	2.63	21:28	8:09	2	4:18	34	6:01	11.23	1:12:14	6:25	2	11:03	31	16:14	
nach der Schiene	0.02	fehlt!	-	-	-	-	-	11.25	-	-	-	-	-	-	
Brocken	0.45	3:17	7:17	2	0:38	38	0:49	11.70	1:15:31	6:27	2	11:41	33	1:15:31	