



49. Brockenlauf

Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Albrecht, Frauke

□□: NSV Wernigerode

□□: 641

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

□□□: 46:25

□□: 11.63 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 29 (of 210)

□□□□□/□: 3 (of 78)

□□□□□□: 44:23

□□□□□: 1(of 15)

□□□□□□□: 46:25

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	22:45	5:32	1	-	2	0:46	4.10	22:45	5:32	1	-	2	0:46	
Loddenke	2.20	9:11	4:10	1	-	3	0:35	6.30	31:56	5:04	1	-	2	1:17	
Ilsenburg/Markt	3.30	14:29	4:23	1	-	4	0:56	9.60	46:25	4:50	1	-	3	2:02	