



49. Brockenlauf  
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Lochau, Mirja

□□: Trail-Runners Oberharz

□□: 734

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 58:43

□□: 9.81 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 135 (of 210)

□□□□□/□: 38 (of 78)

□□□□□□: 44:23

□□□□□: 6(of 11)

□□□□□□□: 50:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:47	7:30	7	4:33	45	8:48	4.10	30:47	7:30	7	4:33	45	8:48
Loddenke	2.20	11:33	5:15	5	1:56	35	2:57	6.30	42:20	6:43	7	6:29	43	11:41
Ilsenburg/Markt	3.30	16:23	4:57	3	1:27	23	2:50	9.60	58:43	6:06	6	7:56	38	14:20