



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Flammiger, Steffi

□□: Running Team Süßmann/Zittau

□□: 668

□□: 9.60 km

9,6 km - Lauf

□□□□:

Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

□□□: 59:46

□□: 9.04 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 145 (of 210)

□□□□□/□: 42 (of 78)

□□□□□□: 44:23

□□□□□: 3(of 8)

□□□□□□□: 58:28

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	30:19	7:23	2	1:45	43	8:20	4.10	30:19	7:23	2	1:45	43	8:20
Loddenke	2.20	11:40	5:18	2	0:23	36	3:04	6.30	41:59	6:39	2	0:55	39	11:20
Ilsenburg/Markt	3.30	17:47	5:23	3	0:42	43	4:14	9.60	59:46	6:13	3	1:18	42	15:23