



49. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2019

□□□□

Vollmer, Alexandra

□□: 806

□□: 9.60 km
9,6 km - Lauf

□□□□:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:03:35

□□: 9.06 km/h
□□□□: 6:37 min/km

□□□□□/□□□: 168 (of 210)

□□□□□/□: 55 (of 78)

□□□□□□: 44:23

□□□□□: 9(of 11)

□□□□□□□: 50:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Ilsestein	4.10	31:51	7:46	9	5:37	54	9:52	4.10	31:51	7:46	9	5:37	54	9:52
Loddenke	2.20	13:32	6:09	9	3:55	62	4:56	6.30	45:23	7:12	9	9:32	56	14:44
Ilsenburg/Markt	3.30	18:12	5:30	9	3:16	52	4:39	9.60	1:03:35	6:37	9	12:48	55	19:12