



49. Brockenlauf

Ilseburg / 07.09.2019

□□□□

Grimm, Sandra

□□: SV Brenkhausen/Bosseborn
 □□: 177

□□: 26.20 km
 26,2 km - Lauf

□□□□:
 Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 2:19:04

□□: 11.22 km/h
 □□□□: 5:19 min/km

□□□□□/□□□: 104 (of 581)

□□□□□/□: 4 (of 106)

□□□□□□: 2:08:56

□□□□□: 1(of 26)

□□□□□□□: 2:19:04

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	16:30	5:00	1	-	4	0:42	3.30	16:30	5:00	1	-	4	0:42	
Schlüsie	3.10	18:11	5:51	1	-	4	1:36	6.40	34:41	5:25	1	-	4	2:13	
Hermannsklippe	2.60	16:13	6:14	1	-	4	1:38	9.00	50:54	5:39	1	-	5	3:51	
Brocken	3.10	27:42	8:56	2	0:32	5	3:33	12.10	1:18:36	6:29	1	-	4	7:17	
Eiserner Handwe	3.60	15:59	4:26	1	-	4	0:47	15.70	1:34:35	6:01	1	-	4	8:04	
Schlüsie	4.10	16:26	4:00	1	-	5	1:20	19.80	1:51:01	5:36	1	-	4	9:24	
Loddenke	3.10	13:12	4:15	1	-	4	1:05	22.90	2:04:13	5:25	1	-	4	10:29	
Ilseburg/Markt	3.30	14:51	4:30	1	-	3	0:51	26.20	2:19:04	5:18	1	-	4	10:08	