



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## Detailauswertung

**Grüning, Heiko**

Verein: NSV Wernigerode

Startnummer: 527

Strecke: 10,00 km

Ilsesteinlauf

Kategorie:

Männer M35

**Gesamt-Zeit: 41:38**

Geschwindigkeit: 14,41 km/h

Laufleistung: 4:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 1(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 41:38

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split		Teilstreckenwertung				Gesamtwertung							
	km	Zeit	min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Ilsestein	4,10	20:07	4:54	1	-	16	3:32	4,10	20:07	4:54	1	-	47	
Runde 1	1,60	6:12	3:52	1	-	16	1:09	5,70	26:19	4:37	1	-	47	
Letzte Runde Ziel	4,30	15:19	3:33	2	0:25	22	2:52	10,00	41:38	4:09	1	-	18	7:32