



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

Detailauswertung

Runge, Sebastian

Verein: Clausthal
Startnummer: 594

Strecke: 10,00 km
Ilsesteinlauf

Kategorie:
Männer M20

Gesamt-Zeit: 43:32

Geschwindigkeit: 13,78 km/h
Laufleistung: 4:21 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 23 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 21 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 4(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 34:06

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	22:01	5:22	5	5:26	24	5:26	4,10	22:01	5:22	4	5:25	44	
Runde 1	1,60	6:28	4:02	4	1:25	21	1:25	5,70	28:29	4:59	4	6:50	44	
Letzte Runde Ziel	4,30	15:03	3:30	4	2:36	19	2:36	10,00	43:32	4:21	4	9:26	21	9:26