



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

Detailauswertung

Hanold, Udo

Verein: SV Post Telekom

Startnummer: 530

Strecke: 10,00 km

Ilsesteinlauf

Kategorie:

Männer M50

Gesamt-Zeit: 45:42

Geschwindigkeit: 13,13 km/h

Laufleistung: 4:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 28 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 3(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 40:53

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	22:39	5:31	3	2:46	31	6:04	4,10	22:39	5:31	3	2:46	79	
Runde 1	1,60	7:06	4:26	3	0:54	30	2:03	5,70	29:45	5:13	3	3:40	79	
Letzte Runde Ziel	4,30	15:57	3:42	2	1:09	27	3:30	10,00	45:42	4:34	3	4:49	28	11:36