



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

Detailauswertung

Heise, Ruth

Verein: MSV Eintracht HBS

Startnummer: 507

Strecke: 10,00 km

Ilsesteinlauf

Kategorie:

Frauen W60

Gesamt-Zeit: 49:24

Geschwindigkeit: 12,15 km/h

Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 52 (von 135)

Strecken-Platzierung/Frauen: 8 (von 50)

Bestzeit der Strecke: 36:31

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 49:24

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Ilsestein	4,10	24:52	6:03	1	-	8	7:11	4,10	24:52	6:03	1	-	8	33
Runde 1	1,60	7:45	4:50	1	-	9	2:09	5,70	32:37	5:43	1	-	9	33
Letzte Runde Zie	4,30	16:47	3:54	1	-	6	3:33	10,00	49:24	4:56	1	-	8	12:53