



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## Detailauswertung

**Sethmann, Michael**

Verein: Denkte  
Startnummer: 564

Strecke: 10,00 km  
Ilsesteinlauf

Kategorie:  
Männer M55

**Gesamt-Zeit: 49:39**

Geschwindigkeit: 12,08 km/h  
Laufleistung: 4:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 55 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 47 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 3(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 38:30

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Ilsestein	4,10	25:36	6:14	3	6:26	49	9:01	4,10	25:36	6:14	3	6:26	18	
Runde 1	1,60	7:24	4:37	2	1:41	37	2:21	5,70	33:00	5:47	3	8:07	18	
Letzte Runde Ziel	4,30	16:39	3:52	3	3:02	39	4:12	10,00	49:39	4:57	3	11:09	47	15:33