



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## Detailauswertung

**Dr. Sauer, Gerd**

Verein: Lok Lukas  
Startnummer: 583

Strecke: 10,00 km  
Ilsesteinlauf

Kategorie:  
Männer M55

**Gesamt-Zeit: 52:13**

Geschwindigkeit: 11,49 km/h  
Laufleistung: 5:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 64 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 55 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 6(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	26:25	6:26	5	7:15	52	9:50	4,10	26:25	6:26	5	7:15	11	0:08
Runde 1	1,60	8:00	5:00	5	2:17	58	2:57	5,70	34:25	6:02	5	9:32	11	0:02
Letzte Runde Zie	4,30	17:48	4:08	5	4:11	52	5:21	10,00	52:13	5:13	6	13:43	55	18:07