



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

Detailauswertung

Adolf, Danjel

Verein: Blau-Weiss Hettstedt

Startnummer: 590

Strecke: 10,00 km

Ilsesteinlauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 53:21

Geschwindigkeit: 11,25 km/h

Laufleistung: 5:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 70 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 56 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 10(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 34:06

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	27:46	6:46	11	11:11	63	11:11	4,10	27:46	6:46	10	11:10	10	1:29
Runde 1	1,60	7:37	4:45	8	2:34	46	2:34	5,70	35:23	6:12	10	13:44	10	1:00
Letzte Runde Ziel	4,30	17:58	4:10	10	5:31	55	5:31	10,00	53:21	5:20	10	19:15	56	19:15