



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

Detailauswertung

Holtkamp, Wolfgang

Verein: Minden
Startnummer: 535

Strecke: 10,00 km
Ilsesteinlauf

Kategorie:
Männer M50

Gesamt-Zeit: 53:48

Geschwindigkeit: 11,15 km/h
Laufleistung: 5:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 76 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 61 (von 85)

Bestzeit der Strecke: 34:06

Kategorie-Platzierung: 7(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 40:53

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	26:41	6:30	7	6:48	57	10:06	4,10	26:41	6:30	7	6:48	5	0:24
Runde 1	1,60	7:59	4:59	6	1:47	57	2:56	5,70	34:40	6:04	7	8:35	5	0:17
Letzte Runde Ziel	4,30	19:08	4:26	7	4:20	62	6:41	10,00	53:48	5:22	7	12:55	61	19:42