



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf
 Ilsenburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Bruns, Lorenz

Verein: Darlingerode
 Startnummer: 691

Strecke: 9,60 km
 Ilsesteinlauf

Kategorie:
 Männer M50

Gesamt-Zeit: 45:56

Geschwindigkeit: 12,54 km/h
 Laufleistung: 4:47 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 149)
 Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 107)
 Bestzeit der Strecke: 33:05

Kategorie-Platzierung: 2(von 8)
 Bestzeit in der Kategorie: 40:37

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Ilsestein	4,10	22:59	5:36	2	3:22	31	6:44	4,10	22:59	5:36	2	3:22	30	6:44
Loddenke	2,20	9:19	4:14	2	1:03	32	2:37	6,30	32:18	5:07	2	4:25	30	9:21
Ilsenburg/Markt	3,30	13:38	4:07	2	0:54	31	3:30	9,60	45:56	4:47	2	5:19	30	12:51