



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf  
 Ilsenburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Viola, Stefan

Verein: SBL Hannover  
 Startnummer: 635

Strecke: 9,60 km  
 Ilsesteinlauf

Kategorie:  
 Männer M45

Gesamt-Zeit: 48:58

Geschwindigkeit: 11,76 km/h  
 Laufleistung: 5:06 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 51 (von 149)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 48 (von 107)  
 Bestzeit der Strecke: 33:05

Kategorie-Platzierung: 10(von 13)  
 Bestzeit in der Kategorie: 37:16

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	24:30	5:58	9	6:35	48	8:15	4,10	24:30	5:58	10	6:35	47	8:15
Loddenke	2,20	9:44	4:25	10	1:59	48	3:02	6,30	34:14	5:26	10	8:14	48	11:17
Ilsenburg/Markt	3,30	14:44	4:27	10	3:28	57	4:36	9,60	48:58	5:06	10	11:42	48	15:53