



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

Detailauswertung

John, Stefan

Verein: Stapelburg

Startnummer: 695

Strecke: 9,60 km

Ilsesteinlauf

Kategorie:

Männer M30

Gesamt-Zeit: 49:54

Geschwindigkeit: 10,82 km/h

Laufleistung: 5:12 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 149)

Strecken-Platzierung/Männer: 56 (von 107)

Bestzeit der Strecke: 33:05

Kategorie-Platzierung: 6(von 10)

Bestzeit in der Kategorie: 38:27

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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	25:00	6:05	6	5:27	55	8:45	4,10	25:00	6:05	6	5:09	56	8:45
Loddenke	2,20	10:38	4:49	6	2:43	67	3:56	6,30	35:38	5:39	6	7:52	56	12:41
Ilsenburg/Markt	3,30	14:16	4:19	4	3:35	46	4:08	9,60	49:54	5:11	6	11:27	56	16:49