



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf  
Ilsenburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Ließmann, Gerald

Verein: Ilsenburg  
Startnummer: 579

Strecke: 9,60 km  
Ilsesteinlauf

Kategorie:  
Männer M50

Gesamt-Zeit: 56:10

Geschwindigkeit: 9,61 km/h  
Laufleistung: 5:51 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 90 (von 149)  
Strecken-Platzierung/Männer: 76 (von 107)  
Bestzeit der Strecke: 33:05

Kategorie-Platzierung: 6(von 8)  
Bestzeit in der Kategorie: 40:37

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	27:28	6:41	6	7:51	76	11:13	4,10	27:28	6:41	6	7:51	76	11:13
Loddenke	2,20	11:55	5:24	6	3:39	84	5:13	6,30	39:23	6:15	6	11:30	76	16:26
Ilsenburg/Markt	3,30	16:47	5:05	5	4:03	78	6:39	9,60	56:10	5:51	6	15:33	76	23:05