



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Illemann, Frank

Verein: Alfeld

Startnummer: 679

Strecke: 9,60 km

Ilsesteinlauf

Kategorie:

Männer M35

Gesamt-Zeit: 56:42

Geschwindigkeit: 9,52 km/h

Laufleistung: 5:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 93 (von 149)

Strecken-Platzierung/Männer: 77 (von 107)

Bestzeit der Strecke: 33:05

Kategorie-Platzierung: 8(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 42:34

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	29:13	7:07	8	8:03	86	12:58	4,10	29:13	7:07	8	8:03	77	12:58
Loddenke	2,20	11:11	5:04	8	2:46	76	4:29	6,30	40:24	6:24	8	10:49	77	17:27
Ilsenburg/Markt	3,30	16:18	4:56	8	3:19	73	6:10	9,60	56:42	5:54	8	14:08	77	23:37