



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Holz, Volker

Verein: Derenburg

Startnummer: 571

Strecke: 9,60 km

Ilsesteinlauf

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 1:00:32

Geschwindigkeit: 8,92 km/h

Laufleistung: 6:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 115 (von 149)

Strecken-Platzierung/Männer: 92 (von 107)

Bestzeit der Strecke: 33:05

Kategorie-Platzierung: 13(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	31:25	7:39	13	13:30	99	15:10	4,10	31:25	7:39	13	13:30	92	15:10
Loddenke	2,20	11:58	5:26	12	4:13	85	5:16	6,30	43:23	6:53	13	17:23	92	20:26
Ilsenburg/Markt	3,30	17:09	5:11	12	5:53	85	7:01	9,60	1:00:32	6:18	13	23:16	92	27:27