



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Christensen, Heike

Verein: LCB Laufclub Burgwedel

Startnummer: 578

Strecke: 9,60 km

Ilsesteinlauf

Kategorie:

Frauen W55

Gesamt-Zeit: 1:02:05

Geschwindigkeit: 9,28 km/h

Laufleistung: 6:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 125 (von 149)

Strecken-Platzierung/Frauen: 29 (von 42)

Bestzeit der Strecke: 41:50

Kategorie-Platzierung: 4(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 56:29

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Ilsestein	4,10	32:26	7:54	4	4:29	30	12:41	4,10	32:26	7:54	4	4:29	8	0:19
Loddenke	2,20	11:33	5:15	1	-	14	3:03	6,30	43:59	6:58	4	4:05	8	
Ilsenburg/Markt	3,30	18:06	5:29	4	1:31	28	5:14	9,60	1:02:05	6:28	4	5:36	29	20:15