



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf  
Ilseburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Heermann, Hans-Joachim

Verein: SC Lüchow  
Startnummer: 317

Strecke: 26,20 km  
Brockenlauf

Kategorie:  
Männer M45

Gesamt-Zeit: 2:16:20

Geschwindigkeit: 11,53 km/h  
Laufleistung: 5:12 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 52 (von 370)  
Strecken-Platzierung/Männer: 50 (von 317)  
Bestzeit der Strecke: 1:45:06

Kategorie-Platzierung: 11(von 74)  
Bestzeit in der Kategorie: 2:01:21

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
Loddenke	3,30	16:11	4:54	6	1:53	37	3:09	3,30	16:11	4:54	45		48	3:08
Schlüsie	3,10	17:39	5:41	8	1:10	31	3:44	6,40	33:50	5:17	45		48	6:22
Hermannsklippe	2,60	15:00	5:46	7	0:59	33	3:18	9,00	48:50	5:25	45		48	9:18
Brocken	3,10	26:41	8:36	11	5:32	51	7:40	12,10	1:15:31	6:14	45		48	15:33
Eiserner Handwe	3,60	16:41	4:38	11	2:11	54	4:13	15,70	1:32:12	5:52	45		48	19:46
Schlüsie	4,00	16:11	4:02	21	2:42	81	4:58	19,70	1:48:23	5:30	42		48	24:44
Loddenke	3,20	13:40	4:16	13	1:46	56	3:16	22,90	2:02:03	5:19	45		48	28:00
Ilseburg/Markt	3,30	14:17	4:19	9	1:37	45	3:14	26,20	2:16:20	5:12	11	14:59	50	31:14