



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf  
Ilseburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Sternberg, Ulf

Verein: HGL Wernigerode  
Startnummer: 143

Strecke: 26,20 km  
Brockenlauf

Kategorie:  
Männer M45

Gesamt-Zeit: 2:44:02

Geschwindigkeit: 9,58 km/h  
Laufleistung: 6:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 186 (von 370)  
Strecken-Platzierung/Männer: 166 (von 317)  
Bestzeit der Strecke: 1:45:06

Kategorie-Platzierung: 44(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     | 19:29               | 5:54         | 42         | 5:11         | 178          | 6:27           | 3,30          | 19:29       | 5:54          | 14         |              | 75           | 6:26           |
| Schlüsie        | 3,10     | 21:01               | 6:46         | 37         | 4:32         | 153          | 7:06           | 6,40          | 40:30       | 6:19          | 14         |              | 161          | 13:02          |
| Hermannsklippe  | 2,60     | 18:28               | 7:06         | 39         | 4:27         | 165          | 6:46           | 9,00          | 58:58       | 6:33          | 14         |              | 161          | 19:26          |
| Brocken         | 3,10     | 30:55               | 9:58         | 36         | 9:46         | 146          | 11:54          | 12,10         | 1:29:53     | 7:25          | 14         |              | 161          | 29:55          |
| Eiserner Handwe | 3,60     | 19:03               | 5:17         | 34         | 4:33         | 130          | 6:35           | 15,70         | 1:48:56     | 6:56          | 14         |              | 161          | 36:30          |
| Schlüsie        | 4,00     | 18:23               | 4:35         | 41         | 4:54         | 161          | 7:10           | 19,70         | 2:07:19     | 6:27          | 11         |              | 161          | 43:40          |
| Loddenke        | 3,20     | 17:52               | 5:34         | 47         | 5:58         | 200          | 7:28           | 22,90         | 2:25:11     | 6:20          | 14         |              | 161          | 51:08          |
| Ilseburg/Markt  | 3,30     | 18:51               | 5:42         | 53         | 6:11         | 211          | 7:48           | 26,20         | 2:44:02     | 6:15          | 44         | 42:41        | 166          | 58:56          |