



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf
Ilseburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Vahldiek, Frank

Verein: Marathon Hildesheim
Startnummer: 299

Strecke: 26,20 km
Brockenlauf

Kategorie:
Männer M50

Gesamt-Zeit: 2:45:21

Geschwindigkeit: 9,43 km/h
Laufleistung: 6:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 193 (von 370)
Strecken-Platzierung/Männer: 171 (von 317)
Bestzeit der Strecke: 1:45:06

Kategorie-Platzierung: 27(von 51)
Bestzeit in der Kategorie: 1:57:52

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	20:39	6:15	31	5:25	224	7:37	3,30	20:39	6:15	2	0:30	166	7:36
Schlüsie	3,10	23:30	7:34	36	7:05	240	9:35	6,40	44:09	6:53	2	1:02	166	16:41
Hermannsklippe	2,60	20:04	7:43	33	6:28	220	8:22	9,00	1:04:13	7:08	2	1:11	166	24:41
Brocken	3,10	31:43	10:13	22	9:19	163	12:42	12,10	1:35:56	7:55	2		166	35:58
Eiserner Handwe	3,60	18:26	5:07	13	4:54	105	5:58	15,70	1:54:22	7:17	2		166	41:56
Schlüsie	4,00	17:34	4:23	21	4:45	130	6:21	19,70	2:11:56	6:41	4		166	48:17
Loddenke	3,20	16:04	5:01	26	4:44	142	5:40	22,90	2:28:00	6:27	3		166	53:57
Ilseburg/Markt	3,30	17:21	5:15	26	5:12	157	6:18	26,20	2:45:21	6:18	27	47:29	171	1:00:15