



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf  
Ilseburg / 03.09.2011

Detailauswertung

Buchholz, Stefan

Verein: Pulvis Fitness Studio Harsum  
Startnummer: 283

Strecke: 26,20 km  
Brockenlauf

Kategorie:  
Männer M30

Gesamt-Zeit: 3:04:35

Geschwindigkeit: 8,45 km/h  
Laufleistung: 7:03 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 285 (von 370)  
Strecken-Platzierung/Männer: 248 (von 317)  
Bestzeit der Strecke: 1:45:06

Kategorie-Platzierung: 20(von 23)  
Bestzeit in der Kategorie: 2:00:20

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	20:59	6:21	20	7:12	241	7:57	3,30	20:59	6:21	5	1:14	245	7:56	
Schlüsie	3,10	25:41	8:17	23	9:56	285	11:46	6,40	46:40	7:17	5	5:27	245	19:12	
Hermannsklippe	2,60	22:04	8:29	23	8:52	272	10:22	9,00	1:08:44	7:38	5	8:31	245	29:12	
Brocken	3,10	35:01	11:17	22	12:51	235	16:00	12,10	1:43:45	8:34	5	12:41	245	43:47	
Eiserner Handwe	3,60	22:39	6:17	20	8:01	240	10:11	15,70	2:06:24	8:03	5	16:38	245	53:58	
Schlüsie	4,00	20:37	5:09	17	7:56	228	9:24	19,70	2:27:01	7:27	5	19:33	245	1:03:22	
Loddenke	3,20	19:12	5:59	18	6:36	234	8:48	22,90	2:46:13	7:15	5	23:23	245	1:12:10	
Ilseburg/Markt	3,30	18:22	5:33	15	5:04	200	7:19	26,20	3:04:35	7:02	20	1:04:15	248	1:19:29	