



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

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

| Kontrolle | Split | | | Platz Rückst. | | | | Gesamt | | | Platz Rückst. | | | |
|-----------------|-------|-------|--------|---------------|-------|--------|--------|--------|---------|--------|---------------|---------|--------|---------|
| | km | Zeit | min/km | Kat. | Kat. | Männer | Männer | km | Zeit | min/km | Kat. | Kat. | Männer | 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 |