



42. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2012

Detailauswertung

Seidel, Carsten

Verein: Skiklub Oker  
Startnummer: 512

Strecke: 9,60 km  
Ilsesteinlauf

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:34

Geschwindigkeit: 12,12 km/h  
Laufleistung: 4:38 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 23 (von 174)

Strecken-Platzierung/Männer: 19 (von 112)

Bestzeit der Strecke: 34:18

Kategorie-Platzierung: 4(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 42:34

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Ilsestein	4,10	22:36	5:30	6	1:28	21	5:57	4,10	22:36	5:30	4	1:28	20	5:57
Loddenke	2,20	8:36	3:54	4	0:03	16	1:42	6,30	31:12	4:57	4	1:31	20	7:39
Ilseburg/Markt	3,30	13:22	4:03	3	0:29	20	2:37	9,60	44:34	4:38	4	2:00	19	10:16