



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

Detailauswertung

Konschak, Christof

Verein: LG BSN
Startnummer: 517

Strecke: 9,60 km
Ilsesteinlauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:37

Geschwindigkeit: 12,63 km/h
Laufleistung: 4:45 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 32 (von 174)
Strecken-Platzierung/Männer: 28 (von 112)
Bestzeit der Strecke: 34:18

Kategorie-Platzierung: 4(von 13)
Bestzeit in der Kategorie: 38:09

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
Ilsestein	4,10	24:10	5:53	6	5:21	42	7:31	4,10	24:10	5:53	4	4:47	29	7:31
Loddenke	2,20	8:34	3:53	3	1:03	13	1:40	6,30	32:44	5:11	4	5:50	29	9:11
Ilseburg/Markt	3,30	12:53	3:54	3	1:38	11	2:08	9,60	45:37	4:45	4	7:28	28	11:19