



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

Detailauswertung

Rabe, Bernd

Verein: Waggumer Holz
Startnummer: 603

Strecke: 9,60 km
Ilsesteinlauf

Kategorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:39

Geschwindigkeit: 11,84 km/h
Laufleistung: 5:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 51 (von 174)
Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 112)
Bestzeit der Strecke: 34:18

Kategorie-Platzierung: 5(von 12)
Bestzeit in der Kategorie: 37:30

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	24:38	6:00	6	6:09	45	7:59	4,10	24:38	6:00	6	6:09	44	7:59
Loddenke	2,20	9:41	4:24	6	2:16	48	2:47	6,30	34:19	5:26	6	8:25	44	10:46
Ilseburg/Markt	3,30	14:20	4:20	5	2:44	42	3:35	9,60	48:39	5:04	5	11:09	43	14:21