



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

Detailauswertung

Lenk, Heike

Verein: Poing
Startnummer: 546

Strecke: 9,60 km
Ilsesteinlauf

Kategorie:
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:02:58

Geschwindigkeit: 9,15 km/h
Laufleistung: 6:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 155 (von 174)

Strecken-Platzierung/Frauen: 48 (von 62)

Bestzeit der Strecke: 41:09

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 41:09

Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung							
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Ilsestein	4,10	33:00	8:02	5	12:38	52	12:38	4,10	33:00	8:02	4	12:38	1	-
Loddenke	2,20	11:36	5:16	4	3:35	37	3:35	6,30	44:36	7:04	4	16:13	1	-
Ilseburg/Markt	3,30	18:22	5:33	4	5:36	48	5:36	9,60	1:02:58	6:33	4	21:49	48	21:49