



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Dittrich, Frank

Verein: Nordharz, OT Langeln
Startnummer: 555

Strecke: 9,60 km
9,6 km - Lauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:39

Geschwindigkeit: 10,45 km/h
Laufleistung: 5:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 63 (von 170)
Strecken-Platzierung/Männer: 51 (von 111)
Bestzeit der Strecke: 33:31

Kategorie-Platzierung: 5(von 10)
Bestzeit in der Kategorie: 44:11

Kontrolle	Teilstreckenwertung								Gesamtwertung							
	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	26:18	6:24	5	4:34	56	9:55	4,10	26:18	6:24	5	4:34	50	9:37		
Loddenke	2,20	10:00	4:32	4	1:07	37	3:26	6,30	36:18	5:45	5	5:41	50	13:03		
Ilseburg/Markt	3,30	15:21	4:39	6	1:47	52	5:08	9,60	51:39	5:22	5	7:28	51	18:08		