



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Förster, Norbert

Verein: Niedersachsen  
Startnummer: 691

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

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:16

Geschwindigkeit: 10,33 km/h  
Laufleistung: 5:26 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 68 (von 170)  
Strecken-Platzierung/Männer: 56 (von 111)  
Bestzeit der Strecke: 33:31

Kategorie-Platzierung: 6(von 10)  
Bestzeit in der Kategorie: 44:11

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	26:22	6:25	6	4:38	57	9:59	4,10	26:22	6:25	6	4:38	55	9:41
Loddenke	2,20	10:57	4:58	7	2:04	69	4:23	6,30	37:19	5:55	6	6:42	55	14:04
Ilseburg/Markt	3,30	14:57	4:31	4	1:23	42	4:44	9,60	52:16	5:26	6	8:05	56	18:45