



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Rabe, Bernd

Verein: Waggumer Holz
Startnummer: 541

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

Kategorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:43

Geschwindigkeit: 10,05 km/h
Laufleistung: 5:36 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 81 (von 170)
Strecken-Platzierung/Männer: 63 (von 111)
Bestzeit der Strecke: 33:31

Kategorie-Platzierung: 8(von 13)
Bestzeit in der Kategorie: 43:35

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	27:28	6:41	9	6:00	71	11:05	4,10	27:28	6:41	8	6:00	62	10:47
Loddenke	2,20	10:50	4:55	5	2:29	66	4:16	6,30	38:18	6:04	8	8:29	62	15:03
Ilseburg/Markt	3,30	15:25	4:40	4	1:39	55	5:12	9,60	53:43	5:35	8	10:08	63	20:12