



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Buchholz, Stefan

Verein: Pulvis Fitness Harsum
Startnummer: 700

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

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 54:09

Geschwindigkeit: 9,97 km/h
Laufleistung: 5:38 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 87 (von 170)

Strecken-Platzierung/Männer: 67 (von 111)

Bestzeit der Strecke: 33:31

Kategorie-Platzierung: 8(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 38:59

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 | 28:03 | 6:50 | 9 | 8:31 | 77 | 11:40 | 4,10 | 28:03 | 6:50 | 8 | 8:31 | 66 | 11:22 |
| Loddenke | 2,20 | 10:26 | 4:44 | 7 | 2:28 | 54 | 3:52 | 6,30 | 38:29 | 6:06 | 8 | 10:44 | 66 | 15:14 |
| Ilseburg/Markt | 3,30 | 15:40 | 4:44 | 8 | 4:26 | 64 | 5:27 | 9,60 | 54:09 | 5:38 | 8 | 15:10 | 67 | 20:38 |