



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Holz, Volker

Verein: Derenburg
Startnummer: 590

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

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:05:55

Geschwindigkeit: 8,19 km/h
Laufleistung: 6:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 154 (von 170)
Strecken-Platzierung/Männer: 104 (von 111)
Bestzeit der Strecke: 33:31

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

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	33:45	8:13	10	12:01	104	17:22	4,10	33:45	8:13	10	12:01	104	17:04
Loddenke	2,20	12:46	5:48	10	3:53	101	6:12	6,30	46:31	7:23	10	15:54	104	23:16
Ilseburg/Markt	3,30	19:24	5:52	10	5:50	106	9:11	9,60	1:05:55	6:51	10	21:44	104	32:24