



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Koch, Ingmar

Verein: Ultramarathon Essighausen
Startnummer: 242

Strecke: 26,20 km
26,2 km - Lauf

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:22:50

Geschwindigkeit: 10,92 km/h
Laufleistung: 5:27 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 96 (von 456)
Strecken-Platzierung/Männer: 91 (von 399)
Bestzeit der Strecke: 1:39:03

Kategorie-Platzierung: 16(von 55)
Bestzeit in der Kategorie: 1:50:22

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
Loddenke	3,30	17:57	5:26	24	4:34	133	5:26	3,30	17:57	5:26	44		91	5:22
Schlüsie	3,10	18:40	6:01	17	4:13	102	5:18	6,40	36:37	5:43	44		91	10:37
Hermannsklippe	2,60	16:30	6:20	17	3:30	93	4:57	9,00	53:07	5:54	44		91	15:27
Brocken	3,10	26:47	8:38	15	6:29	79	8:46	12,10	1:19:54	6:36	44		91	23:50
Eiserner Handwe	3,60	17:29	4:51	25	4:11	136	5:26	15,70	1:37:23	6:12	44		91	29:13
Schlüsie	4,10	16:45	4:05	26	4:23	120	5:47	19,80	1:54:08	5:45	44		91	35:00
Loddenke	3,10	14:02	4:31	23	3:30	123	4:38	22,90	2:08:10	5:35	44		91	39:38
Ilseburg/Markt	3,30	14:40	4:26	17	2:33	81	4:09	26,20	2:22:50	5:27	16	32:28	91	43:47