



**43. Brockenlauf**  
 Ilsenburg / 07.09.2013

**Detailauswertung**

**Sakwerda, Waldemar**

Verein: Die Kernigen Altmärker  
 Startnummer: 119

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

Kategorie:  
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 3:15:11**

Geschwindigkeit: 7,99 km/h  
 Laufleistung: 7:27 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 393 (von 456)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 345 (von 399)  
 Bestzeit der Strecke: 1:39:03

Kategorie-Platzierung: 86(von 99)  
 Bestzeit in der Kategorie: 2:00:26

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	21:25	6:29	77	7:13	308	8:54	3,30	21:25	6:29	40		297	8:50
Schlüsie	3,10	24:20	7:50	85	8:16	338	10:58	6,40	45:45	7:08	40		345	19:45
Hermannsklippe	2,60	23:05	8:52	89	8:50	346	11:32	9,00	1:08:50	7:38	40	2:14	345	31:10
Brocken	3,10	38:54	12:32	91	16:16	364	20:53	12,10	1:47:44	8:54	40	9:45	345	51:40
Eiserner Handwe	3,60	22:46	6:19	79	8:23	320	10:43	15,70	2:10:30	8:18	40	10:14	345	1:02:20
Schlüsie	4,10	25:23	6:11	90	11:23	373	14:25	19,80	2:35:53	7:52	40	15:59	345	1:16:45
Loddenke	3,10	19:07	6:10	86	7:58	342	9:43	22,90	2:55:00	7:38	40	20:21	345	1:26:28
Ilsenburg/Markt	3,30	20:11	6:06	81	8:04	316	9:40	26,20	3:15:11	7:26	86	1:14:45	345	1:36:08