



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Kanzok, Rudolf

Verein: pingpank.de  
Startnummer: 95

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

Kategorie:  
Senioren M70 (70-74 Jahre)

Gesamt-Zeit: 3:19:32

Geschwindigkeit: 7,82 km/h  
Laufleistung: 7:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 402 (von 456)

Strecken-Platzierung/Männer: 354 (von 399)

Bestzeit der Strecke: 1:39:03

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 2:36:10

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	24:05	7:17	4	5:50	387	11:34	3,30	24:05	7:17	4	5:50	354	11:30	
Schlüsie	3,10	26:31	8:33	4	5:42	382	13:09	6,40	50:36	7:54	4	11:32	354	24:36	
Hermannsklippe	2,60	26:32	10:12	5	8:02	387	14:59	9,00	1:17:08	8:34	4	19:34	354	39:28	
Brocken	3,10	35:53	11:34	2	5:36	312	17:52	12,10	1:53:01	9:20	4	25:10	354	56:57	
Eiserner Handwe	3,60	26:23	7:19	4	8:21	370	14:20	15,70	2:19:24	8:52	4	33:31	354	1:11:14	
Schlüsie	4,10	22:22	5:27	4	4:55	327	11:24	19,80	2:41:46	8:10	4	38:26	354	1:22:38	
Loddenke	3,10	18:51	6:04	4	3:42	333	9:27	22,90	3:00:37	7:53	4	42:08	354	1:32:05	
Ilseburg/Markt	3,30	18:55	5:43	2	1:14	280	8:24	26,20	3:19:32	7:36	4	43:22	354	1:40:29	