



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Herden, Wolfgang

Verein: Post SV Lehrte  
Startnummer: 456

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

Kategorie:  
Senioren M75 (75 und älter)

Gesamt-Zeit: 3:20:40

Geschwindigkeit: 7,77 km/h  
Laufleistung: 7:40 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 407 (von 456)  
Strecken-Platzierung/Männer: 359 (von 399)  
Bestzeit der Strecke: 1:39:03

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)  
Bestzeit in der Kategorie: 2:25:46

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	23:18	7:03	3	5:19	376	10:47	3,30	23:18	7:03	3	5:19	359	10:43		
Schlüsie	3,10	24:39	7:57	2	4:11	350	11:17	6,40	47:57	7:29	3	9:30	359	21:57		
Hermannsklippe	2,60	23:39	9:05	3	5:55	358	12:06	9,00	1:11:36	7:57	3	15:25	359	33:56		
Brocken	3,10	38:36	12:27	3	10:11	357	20:35	12,10	1:50:12	9:06	3	25:36	359	54:08		
Eiserner Handwe	3,60	24:03	6:40	3	7:55	343	12:00	15,70	2:14:15	8:33	3	33:31	359	1:06:05		
Schlüsie	4,10	23:16	5:40	3	7:19	339	12:18	19,80	2:37:31	7:57	3	40:50	359	1:18:23		
Loddenke	3,10	20:23	6:34	4	6:47	361	10:59	22,90	2:57:54	7:46	3	47:37	359	1:29:22		
Ilseburg/Markt	3,30	22:46	6:53	4	7:17	362	12:15	26,20	3:20:40	7:39	3	54:54	359	1:41:37		