



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

Detailauswertung

Elsner, Marcel

Verein: könig-fitness Ilseburg  
Startnummer: 583

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

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 41:41

Geschwindigkeit: 13,82 km/h  
Laufleistung: 4:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 170)

Strecken-Platzierung/Männer: 10 (von 111)

Bestzeit der Strecke: 33:31

Kategorie-Platzierung: 3(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 38:59

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Ilsestein	4,10	20:41	5:02	3	1:09	10	4:18	4,10	20:41	5:02	3	1:09	10	4:00
Loddenke	2,20	7:58	3:37	1	-	7	1:24	6,30	28:39	4:32	3	0:54	10	5:24
Ilseburg/Markt	3,30	13:02	3:56	3	1:48	12	2:49	9,60	41:41	4:20	3	2:42	10	8:10