



44. Brockenlauf
Ilseburg / 06.09.2014

Detailauswertung

Vahldiek, Frank

Verein: Marathon Hildesheim
Startnummer: 367

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

Kategorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Gesamt-Zeit: 3:07:35

Geschwindigkeit: 8,32 km/h
Laufleistung: 7:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 428 (von 492)
Strecken-Platzierung/Männer: 360 (von 415)
Bestzeit der Strecke: 1:38:33

Kategorie-Platzierung: 55(von 62)
Bestzeit in der Kategorie: 2:03:47

Zwischenzeiten		Teilstreckenwertung						Gesamtwertung						
Kontrolle	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	23:04	6:59	62	7:54	400	11:12	3,30	23:04	6:59	25	2:11	368	3:28
Schlüsie	3,10	26:02	8:23	62	9:40	396	13:04	6,40	49:06	7:40	25	6:24	367	24:16
Hermannsklippe	2,60	22:54	8:48	58	8:33	370	11:23	9,00	1:12:00	8:00	25	8:29	367	35:39
Brocken	3,10	34:06	11:00	53	9:56	331	16:16	12,10	1:46:06	8:46	25	9:43	367	51:55
Eiserner Handwe	3,60	21:08	5:52	46	6:18	304	9:06	15,70	2:07:14	8:06	25	9:25	367	1:01:01
Schlüsie	4,10	21:47	5:18	55	7:44	358	10:17	19,80	2:29:01	7:31	25	11:50	367	1:11:18
Loddenke	3,10	19:09	6:10	59	7:20	376	9:19	22,90	2:48:10	7:20	25	15:44	367	1:20:37
Ilseburg/Markt	3,30	19:25	5:53	55	6:45	337	10:53	26,20	3:07:35	7:09	57	1:03:48	371	1:29:02