



# 100MeilenBerlin □ Der Mauerweglauf

Berlin / 15.08.2015

## Detailauswertung

**Frykholm, Geir**

Verein: Sætre IF Graabein / Löplabbet Sandvika  
Startnummer: 319

Strecke: 161,85 km  
100MeilenBerlin

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 23:39:18**

Geschwindigkeit: 6,81 km/h  
Laufleistung: 8:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 90 (von 296)

Strecken-Platzierung/Männer: 82 (von 247)

Bestzeit der Strecke: 13:40:11

Kategorie-Platzierung: 8(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 16:59:31

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				
VP1 - S-Bahnhof	6,93	49:29	7:08	25	14:16	208	17:13	6,93	49:29	7:08	25	14:16	208	17:13				
VP2 - Lauftreff Li	5,70	42:20	7:25	27	12:09	215	16:24	12,63	1:31:49	7:16	25	26:25	208	33:37				
VP3 - Oranienbur	5,47	38:40	7:04	18	9:59	170	14:54	18,10	2:10:29	7:12	24	36:24	199	48:30				
VP4 - Naturschut	4,97	37:35	7:33	16	9:11	147	14:26	23,07	2:48:04	7:17	19	45:35	186	1:02:56				
VP5 - Frohnau	6,80	50:59	7:29	18	14:32	182	20:41	29,87	3:39:03	7:20	18	1:00:07	181	1:23:31				
VP6 - Ruderclub	4,06	33:09	8:09	12	9:47	126	14:40	33,93	4:12:12	7:25	16	1:09:54	171	1:38:11				
VP7 - Grenzturm	4,75	34:48	7:19	14	8:19	134	14:00	38,68	4:47:00	7:25	15	1:18:13	163	1:52:11				
VP8 - Schönwald	7,53	1:00:47	8:04	13	18:05	145	25:11	46,21	5:47:47	7:31	16	1:36:18	160	2:17:22				
VP9 - Falkenseer	5,69	45:47	8:02	10	12:03	106	18:39	51,90	6:33:34	7:34	14	1:48:21	158	2:36:01				
VP10 - Karolinenl	6,60	51:09	7:45	7	12:55	75	21:00	58,50	7:24:43	7:36	13	2:01:16	139	2:57:01				
VP11 - Pagel & Fi	4,90	39:51	8:07	7	7:25	71	17:06	63,40	8:04:34	7:38	10	2:08:23	123	3:14:07				
VP12 - Schloss S	7,62	1:03:54	8:23	7	18:09	59	28:07	71,02	9:08:28	7:43	10	2:26:32	117	3:42:14				
VP13 - Revierförs	6,21	50:09	8:04	8	8:39	74	20:29	77,23	9:58:37	7:45	9	2:35:11	105	4:02:43				
VP14 - Brauhaus	6,00	49:55	8:19	8	10:43	74	20:23	83,23	10:48:32	7:47	9	2:45:54	101	4:23:06				
VP15 - Gedenkst.	6,90	56:24	8:10	8	13:14	66	21:41	90,13	11:44:56	7:49	9	2:58:59	98	4:44:47				
VP16 - Königswe	6,87	1:00:02	8:44	6	15:05	62	26:18	97,00	12:44:58	7:53	9	3:09:51	93	5:11:05				
VP17 - Sportplatz	6,20	1:06:52	10:47	10	23:59	84	35:15	103,20	13:51:50	8:03	9	3:32:03	90	5:46:20				
VP18 - Osdorfer	6,49	58:42	9:02	10	18:43	85	24:45	109,69	14:50:32	8:07	9	3:50:46	88	6:11:05				
VP19 - Lichtenra	5,71	54:59	9:37	13	18:20	107	25:40	115,40	15:45:31	8:11	9	4:09:06	89	6:36:45				
VP20 - Kirchhain	4,35	43:54	10:05	9	15:46	77	19:36	119,75	16:29:25	8:15	9	4:24:52	89	6:56:21				
VP21 - Buckow	6,15	59:51	9:43	9	18:52	77	24:51	125,90	17:29:16	8:20	9	4:43:44	86	7:21:12				
VP22 - Rudow	4,97	51:52	10:26	7	19:25	81	30:29	130,87	18:21:08	8:24	9	5:03:09	84	7:44:25				
VP23 - Johannistl	5,89	58:08	9:52	8	20:18	77	24:27	136,76	19:19:16	8:28	9	5:23:27	83	8:08:52				
VP24 - Dammwe	5,64	58:04	10:17	8	22:03	86	26:23	142,40	20:17:20	8:32	7	5:45:30	82	8:34:54				
VP25 - Eas Side	6,33	1:09:21	10:57	8	23:45	87	32:01	148,73	21:26:41	8:39	8	6:08:53	81	9:04:11				
VP26 - Checkpoir	4,22	40:53	9:41	6	13:34	71	18:00	152,95	22:07:34	8:40	8	6:09:14	82	9:21:00				
VP27 - Gedenkst.	4,12	46:40	11:19	7	14:45	86	21:57	157,07	22:54:14	8:44	8	6:23:59	82	9:41:16				
Friedrich-Ludwig	4,78	45:04	9:25	8	17:31	86	20:41	161,85	23:39:18	8:46	8	6:39:47	82	9:59:07				