



46. Brockenlauf
Ilseburg / 03.09.2016

Detailauswertung

Pouwels, Jan

Verein: Duiven
Startnummer: 424

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

Kategorie:
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Gesamt-Zeit: 3:15:06

Geschwindigkeit: 8,00 km/h
Laufleistung: 7:27 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 457 (von 529)
Strecken-Platzierung/Männer: 396 (von 447)
Bestzeit der Strecke: 1:39:39

Kategorie-Platzierung: 22(von 29)
Bestzeit in der Kategorie: 2:22:45

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	21:26	6:29	16	4:22	346	11:49	3,30	21:26	6:29	16	4:22	346	11:49
Schlüsie	3,10	25:35	8:15	20	6:02	384	11:45	6,40	47:01	7:20	18	10:24	364	20:57
Hermannsklippe	2,60	23:36	9:04	25	6:23	406	11:55	9,00	1:10:37	7:50	21	16:47	393	32:47
Brocken	3,10	38:29	12:24	25	11:24	410	20:14	12,10	1:49:06	9:00	23	27:41	396	53:01
Eiserner Handwe	3,60	23:06	6:25	22	6:41	389	10:36	15,70	2:12:12	8:25	25	33:38	394	1:03:37
Schlüsie	4,10	22:31	5:29	22	6:38	380	10:07	19,80	2:34:43	7:48	24	40:16	394	1:13:42
Loddenke	3,10	18:39	6:00	21	5:32	382	8:19	22,90	2:53:22	7:34	21	45:38	394	1:22:01
Ilseburg/Markt	3,30	21:44	6:35	23	6:55	396	13:26	26,20	3:15:06	7:26	22	52:21	396	1:35:27