



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

Detailauswertung

Lüneburg, Detlef

Startnummer: 865

Strecke: 9,60 km

9,6 km - Lauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:44

Geschwindigkeit: 10,86 km/h

Laufleistung: 5:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 210)

Strecken-Platzierung/Männer: 42 (von 132)

Bestzeit der Strecke: 33:33

Kategorie-Platzierung: 8(von 19)

Bestzeit in der Kategorie: 38:15

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	25:11	6:08	8	5:55	42	8:51	4,10	25:11	6:08	8	5:55	42	8:51
Loddenke	2,20	9:55	4:30	11	2:20	49	3:10	6,30	35:06	5:34	8	8:15	41	11:59
Ilseburg/Markt	3,30	14:38	4:26	8	3:14	43	4:12	9,60	49:44	5:10	8	11:29	42	16:11