



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

Detailauswertung

Rübesamen, Erik

Verein: LSG Muskelkater  
Startnummer: 768

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

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 57:07

Geschwindigkeit: 10,08 km/h  
Laufleistung: 5:57 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 113 (von 210)  
Strecken-Platzierung/Männer: 86 (von 132)  
Bestzeit der Strecke: 33:33

Kategorie-Platzierung: 7(von 10)  
Bestzeit in der Kategorie: 46:41

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
Ilsestein	4,10	29:11	7:07	7	5:52	94	12:51	4,10	29:11	7:07	7	5:52	94	12:51
Loddenke	2,20	11:49	5:22	7	2:28	98	5:04	6,30	41:00	6:30	7	8:20	93	17:53
Ilseburg/Markt	3,30	16:07	4:53	6	2:23	77	5:41	9,60	57:07	5:56	7	10:26	86	23:34