



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

Detailauswertung

Heermann, Hans-Joachim

Verein: SC Lüchow  
Startnummer: 195

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

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:21:32

Geschwindigkeit: 11,02 km/h  
Laufleistung: 5:24 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 121 (von 581)  
Strecken-Platzierung/Männer: 116 (von 475)  
Bestzeit der Strecke: 1:39:32

Kategorie-Platzierung: 8(von 59)  
Bestzeit in der Kategorie: 2:07:29

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	16:43	5:03	5	0:51	75	3:39	3,30	16:43	5:03	5	0:51	75	3:39
Schlüsie	3,10	18:06	5:50	5	1:29	91	4:28	6,40	34:49	5:26	5	2:20	80	8:06
Hermannsklippe	2,60	16:01	6:09	5	1:27	104	4:37	9,00	50:50	5:38	5	3:47	87	12:43
Brocken	3,10	27:01	8:42	7	2:34	115	8:58	12,10	1:17:51	6:26	6	6:21	93	21:41
Eiserner Handwe	3,60	17:00	4:43	13	2:07	111	5:08	15,70	1:34:51	6:02	5	8:28	99	26:49
Schlüsie	4,10	17:19	4:13	17	2:32	177	5:45	19,80	1:52:10	5:39	7	10:45	109	32:34
Loddenke	3,10	13:49	4:27	16	1:37	167	4:30	22,90	2:05:59	5:30	7	12:19	110	37:04
Ilseburg/Markt	3,30	15:33	4:42	18	1:45	187	4:56	26,20	2:21:32	5:24	8	14:03	116	42:00