



49. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2019

Detailauswertung

Ruckdäschel, Holger

Verein: TuS St. Martin
Startnummer: 597

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:26:30

Geschwindigkeit: 10,65 km/h
Laufleistung: 5:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 155 (von 581)
Strecken-Platzierung/Männer: 150 (von 475)
Bestzeit der Strecke: 1:39:32

Kategorie-Platzierung: 28(von 67)
Bestzeit in der Kategorie: 1:39:32

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	18:56	5:44	36	5:51	223	5:52	3,30	18:56	5:44	36	5:51	223	5:52
Schlüsie	3,10	18:59	6:07	25	5:21	132	5:21	6,40	37:55	5:55	29	11:12	168	11:12
Hermannsklippe	2,60	16:18	6:16	24	4:54	118	4:54	9,00	54:13	6:01	28	16:06	147	16:06
Brocken	3,10	27:31	8:52	28	9:28	140	9:28	12,10	1:21:44	6:45	30	25:34	141	25:34
Eiserner Handwe	3,60	18:18	5:04	32	6:26	194	6:26	15,70	1:40:02	6:22	30	32:00	147	32:00
Schlüsie	4,10	17:56	4:22	39	6:22	222	6:22	19,80	1:57:58	5:57	30	38:22	155	38:22
Loddenke	3,10	13:32	4:21	25	4:13	138	4:13	22,90	2:11:30	5:44	29	42:35	152	42:35
Ilseburg/Markt	3,30	15:00	4:32	23	4:23	126	4:23	26,20	2:26:30	5:35	28	46:58	150	46:58