



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

Detailauswertung

Abe, Steffen

Verein: Mainz  
Startnummer: 31

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

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:29:58

Geschwindigkeit: 10,48 km/h  
Laufleistung: 5:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 191 (von 581)  
Strecken-Platzierung/Männer: 184 (von 475)  
Bestzeit der Strecke: 1:39:32

Kategorie-Platzierung: 25(von 68)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:51:26

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	18:23	5:34	21	4:32	173	5:19	3,30	18:23	5:34	21	4:32	173	5:19
Schlüsie	3,10	20:09	6:29	29	5:16	223	6:31	6,40	38:32	6:01	27	9:44	198	11:49
Hermannsklippe	2,60	17:31	6:44	28	4:48	211	6:07	9,00	56:03	6:13	29	14:32	199	17:56
Brocken	3,10	29:39	9:33	28	8:32	215	11:36	12,10	1:25:42	7:04	27	23:04	201	29:32
Eiserner Handwe	3,60	17:45	4:55	25	4:31	164	5:53	15,70	1:43:27	6:35	28	27:34	196	35:25
Schlüsie	4,10	17:40	4:18	27	4:43	201	6:06	19,80	2:01:07	6:07	26	32:13	193	41:31
Loddenke	3,10	13:48	4:27	24	3:11	164	4:29	22,90	2:14:55	5:53	25	35:24	189	46:00
Ilseburg/Markt	3,30	15:03	4:33	19	3:08	134	4:26	26,20	2:29:58	5:43	25	38:32	184	50:26