



52. Brockenlauf

Ilsenburg / 02.09.2023

Detailauswertung

Holtstiege, Dirk

Verein: Abbenrode
Startnummer: 642

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

Kategorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:01

Geschwindigkeit: 11,07 km/h
Laufleistung: 5:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 64 (von 169)

Strecken-Platzierung/Männer: 46 (von 101)

Bestzeit der Strecke: 34:38

Kategorie-Platzierung: 5(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 41:03

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	25:39	6:15	4	5:44	44	8:39	4,10	25:39	6:15	4	5:44	45	25:39
Loddenke	2,20	10:26	4:44	5	2:18	53	3:39	6,30	36:05	5:43	4	8:02	46	12:18
Ilsenburg/Markt	3,30	15:56	4:49	5	2:56	51	5:17	9,60	52:01	5:25	5	10:58	46	17:23