



52. Brockenlauf  
Ilseburg / 02.09.2023

### Detailauswertung

Friedenberger, Silvia

Verein: LT Siebengebirge  
Startnummer: 631

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

Kategorie:  
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 59:33

Geschwindigkeit: 9,07 km/h  
Laufleistung: 6:12 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 122 (von 169)

Strecken-Platzierung/Frauen: 42 (von 68)

Bestzeit der Strecke: 40:17

Kategorie-Platzierung: 1(von 3)

Bestzeit in der Kategorie: 59:33

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Ilsestein	4,10	30:43	7:29	1	-	45	10:05	4,10	30:43	7:29	1	-	45	10:05
Loddenke	2,20	11:53	5:24	1	-	40	4:02	6,30	42:36	6:45	1	-	44	14:07
Ilseburg/Markt	3,30	16:57	5:08	1	-	38	5:09	9,60	59:33	6:12	1	-	42	19:16