



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Markus Golnik

Verein: Lauffreunde Harz
Startnummer: 587

Strecke: 10,10 km
10,1 km - Lauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49) I

Gesamt-Zeit: 1:03:58

Geschwindigkeit: 9,38 km/h
Laufleistung: 6:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 83 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 68 (von 117)

Bestzeit der Strecke: 38:24

Kategorie-Platzierung: 9(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 45:04

Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung							
Kontrolle	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
Ilsestein	4,10	29:18	7:08	8	9:17	66	11:39	4,10	29:18	7:08	8	9:17	66	11:39
Kontrolle	0,90	6:48	7:33	7	1:47	53	3:42	5,00	36:06	7:13	8	11:04	65	33:00
Ilsestein	1,00	6:35	6:34	9	2:02	72	2:59	6,00	42:41	7:06	7	13:06	65	26:36
Ilseburg/Markt	4,10	21:17	5:11	10	5:48	72	8:26	10,10	1:03:58	6:20	9	18:54	68	25:34