



50. Brockenlauf  
Ilseburg / 04.09.2021

Detailauswertung

Röder, Frank

Verein: Höxter  
Startnummer: 369

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

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:31:47

Geschwindigkeit: 10,36 km/h  
Laufleistung: 5:47 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 166 (von 467)  
Strecken-Platzierung/Männer: 153 (von 387)  
Bestzeit der Strecke: 1:40:22

Kategorie-Platzierung: 16 (von 50)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:43:53

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	19:55	6:02	29	6:16	234	7:24	3,30	19:55	6:02	29	6:16	234	7:24
Schlüsie	3,10	21:29	6:55	28	7:19	224	8:25	6,40	41:24	6:28	29	13:35	231	15:48
Hermannsklippe	2,60	17:45	6:49	18	5:52	159	6:24	9,00	59:09	6:34	24	19:27	202	22:12
Brocken	3,10	28:40	9:14	19	10:08	148	10:53	12,10	1:27:49	7:15	22	29:35	181	33:05
Eiserner Handwe	3,60	18:53	5:14	22	6:11	178	6:33	15,70	1:46:42	6:47	21	35:46	179	39:37
Schlüsie	4,10	17:08	4:10	15	5:01	126	5:32	19,80	2:03:50	6:15	20	40:47	168	44:45
Loddenke	3,10	13:01	4:11	9	2:59	74	3:06	22,90	2:16:51	5:58	16	43:46	158	47:40
Ilseburg/Markt	3,30	14:56	4:31	12	4:08	110	4:08	26,20	2:31:47	5:47	16	47:54	153	51:25