



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

## Exploitation détaillée

**Christensen, Heike**

Association: LCB Laufclub Burgwedel

Dossard: 578

Circuit: 9.60 km

Ilsesteinlauf

Catégorie:

Frauen W55

Temps total: 1:02:05

Vitesse: 8.70 km/h

Kilométrage: 6:28 min/km

Place par parcours/Total: 125 (de 149)

Place par parcours/Femmes: 29 (de 42)

Meilleur temps dans le parcours: 41:50

Place par catégorie: 4(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 56:29

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	
Ilsestein	4.10	32:26	7:54	4	4:29	30	12:41	4.10	32:26	7:54	4	4:29	8	0:19															
Loddenke	2.20	11:33	5:15	1	-	14	3:03	6.30	43:59	6:58	4	4:05	8																
Ilsenburg/Markt	3.30	18:06	5:29	4	1:31	28	5:14	9.60	1:02:05	6:28	4	5:36	29	20:15															