



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## evaluación detallada

**Fricke, Hermann**

Asociación: SV Arminia Klein Döhren

Dorsal: 520

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Männer M60

tiempo total: 56:50

velocidad: 10.56 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 89 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 67 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 4(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 46:11

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
Ilsestein	4.10	27:59	6:49	4	5:31	66	4.10	27:59	6:49	4	5:31	41	1:42	
vuelta 1	1.60	9:32	5:57	4	2:21	77	5.70	37:31	6:34	4	7:47	41	3:08	
última vuelta me	4.30	19:19	4:29	3	2:52	63	10.00	56:50	5:41	4	10:39	67	22:44	