



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

evaluación detallada

Hanold, Udo

Asociación: SV Post Telekom

Dorsal: 530

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Männer M50

tiempo total: 45:42

velocidad: 13.13 km/h

rendimiento en carrera: 4:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 32 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 3(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 40:53

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|-----------------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-------------------|----------------------|----------------|------|----|-------|
| | | | | posición categoría | retraso Men | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso categoría | retraso Men | | | |
| Ilsestein | 4.10 | 22:39 | 5:31 | 3 | 2:46 | 31 | 6:04 | 4.10 | 22:39 | 5:31 | 3 | 2:46 | 79 | |
| vuelta 1 | 1.60 | 7:06 | 4:26 | 3 | 0:54 | 30 | 2:03 | 5.70 | 29:45 | 5:13 | 3 | 3:40 | 79 | |
| última vuelta me | 4.30 | 15:57 | 3:42 | 2 | 1:09 | 27 | 3:30 | 10.00 | 45:42 | 4:34 | 3 | 4:49 | 28 | 11:36 |