



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

evaluación detallada

Vahldiek, Frank

Asociación: Marathon Hildesheim

Dorsal: 230

Enduro Long Men

categoría:

Männer M45

tiempo total: 2:49:41

velocidad: - km/h

rendimiento en carrera: 6:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 308 (de 403)

posición en el recorrido/Men: 284 (de 355)

mejor tiempo del recorrido: 1:44:00

posición en la categoría: 80(de 92)

mejor tiempo en la categoría: 1:50:19

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Hermannsklippe	9.00	1:02:31	6:56	81	20:25	281	23:23	9.00	1:02:31	6:56	37	7:45	285	23:23
Brocken	3.00	30:52	10:17	68	9:55	240	12:05	12.00	1:33:23	7:46	37	10:59	285	35:01
meta	15.00	1:16:18	5:05	83	29:02	294	30:40	-	2:49:41	-	80	59:22	285	1:05:41