



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

evaluación detallada

Lamm, Siegfried

Asociación: Harz-Gebirgslauf Wernigerode

Dorsal: 543

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Männer M55

tiempo total: 46:39

velocidad: 12.86 km/h

rendimiento en carrera: 4:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 39 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 35 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 2(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 38:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
			Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
Ilsestein	4.10	22:32	5:29	2	3:22	30	5:57	4.10	22:32	5:29	2	3:22	72	
vuelta 1	1.60	7:40	4:47	4	1:57	48	2:37	5.70	30:12	5:17	2	5:19	72	
última vuelta me	4.30	16:27	3:49	2	2:50	34	4:00	10.00	46:39	4:39	2	8:09	35	12:33