



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