



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## evaluación detallada

### Spittau, Björn

Asociación: TV Heitersheim

Dorsal: 580

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 53:26

velocidad: 11.23 km/h

rendimiento en carrera: 5:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 71 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 57 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 2(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 48:00

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Ilsestein	4.10	26:30	6:27	2	2:48	54	9:55	4.10	26:30	6:27	2	2:48	9	0:13
vuelta 1	1.60	8:32	5:19	2	1:05	67	3:29	5.70	35:02	6:08	2	3:53	9	0:39
última vuelta me	4.30	18:24	4:16	2	1:33	58	5:57	10.00	53:26	5:20	2	5:26	57	19:20