40. Brockenlauf 2010

Ilsenburg / 04.09.2010

evaluación detallada

Holtkamp, Wolfgang

Asociación: Minden
Dorsal: 535

recorrido: 10.00 km
Ilsesteinlauf

categoría:
Männer M50

tiempo total: 53:48

velocidad: 11.15 km/h
rendimiento en carrera: 5:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 76 (de 135)
posición en el recorrido/Men: 61 (de 85)
mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 7(de 7)
mejor tiempo en la categoría: 40:53

tiempos parciales

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men	stage score	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men	Total score
Ilsestein	4.10	26:41	6:30	7	6:48	57	10:06		4.10	26:41	6:30	7	6:48	5	0:24	
vuelta 1	1.60	7:59	4:59	6	1:47	57	2:56		5.70	34:40	6:04	7	8:35	5	0:17	
última vuelta me	4.30	19:08	4:26	7	4:20	62	6:41		10.00	53:48	5:22	7	12:55	61	19:42	