



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## evaluación detallada

**Berndt, Dr. Markus**

Asociación: Sc Ilseburg

Dorsal: 598

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Männer M20

tiempo total: 56:05

velocidad: 10.70 km/h

rendimiento en carrera: 5:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 83 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 64 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 34:06

posición en la categoría: 11(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 34:06

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score |          |         |          | Total score |                 |                   |         |          |         |       |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|---------|----------|-------------|-----------------|-------------------|---------|----------|---------|-------|
|                  |             |                 |                        | retraso     | posición | retraso | posición | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>posición | retraso | posición | retraso |       |
|                  |             |                 |                        | Men         | Men      | Men     | Men      |             |                 |                   |         | Men      | Men     |       |
| Ilsestein        | 4.10        | 27:10           | 6:37                   | 10          | 10:35    | 59      | 10:35    | 4.10        | 27:10           | 6:37              | 11      | 10:34    | 2       | 0:53  |
| vuelta 1         | 1.60        | 8:35            | 5:21                   | 11          | 3:32     | 68      | 3:32     | 5.70        | 35:45           | 6:16              | 11      | 14:06    | 2       | 1:22  |
| última vuelta me | 4.30        | 20:20           | 4:43                   | 11          | 7:53     | 70      | 7:53     | 10.00       | 56:05           | 5:36              | 11      | 21:59    | 64      | 21:59 |