



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

evaluación detallada

Grüning, Heiko

Asociación: NSV Wernigerode

Dorsal: 611

recorrido: 9.60 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Männer M35

tiempo total: 42:34

velocidad: 12.69 km/h

rendimiento en carrera: 4:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 22 (de 149)

posición en el recorrido/Men: 21 (de 107)

mejor tiempo del recorrido: 33:05

posición en la categoría: 1(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 42:34

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoría	Men	categoría	Men				categoría	Men		
Ilsestein	4.10	21:10	5:09	1	-	21	4:55	4.10	21:10	5:09	1	-	20	4:55
Loddenke	2.20	8:25	3:49	1	-	17	1:43	6.30	29:35	4:41	1	-	21	6:38
Ilsenburg/Markt	3.30	12:59	3:56	1	-	23	2:51	9.60	42:34	4:26	1	-	21	9:29