



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

## evaluación detallada

Holz, Volker

Asociación: Derenburg

Dorsal: 571

recorrido: 9.60 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 1:00:32

velocidad: 8.92 km/h

rendimiento en carrera: 6:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 115 (de 149)

posición en el recorrido/Men: 92 (de 107)

mejor tiempo del recorrido: 33:05

posición en la categoría: 13(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 37:16

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Ilsestein	4.10	31:25	7:39	13	13:30	99	15:10	4.10	31:25	7:39	13	13:30	92	15:10
Loddenke	2.20	11:58	5:26	12	4:13	85	5:16	6.30	43:23	6:53	13	17:23	92	20:26
Ilseburg/Markt	3.30	17:09	5:11	12	5:53	85	7:01	9.60	1:00:32	6:18	13	23:16	92	27:27