



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

evaluación detallada

Heyder, René

Asociación: Potsdamer Laufclub

Dorsal: 96

recorrido: 26.20 km

Brockenlauf

categoría:

Männer M40

tiempo total: 2:09:30

velocidad: 12.14 km/h

rendimiento en carrera: 4:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 25 (de 370)

posición en el recorrido/Men: 24 (de 317)

mejor tiempo del recorrido: 1:45:06

posición en la categoría: 10(de 47)

mejor tiempo en la categoría: 1:45:43

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		
Loddenke	3.30	15:35	4:43	9	2:33	27	2:33	3.30	15:35	4:43	32	24	2:32	
Schlüsie	3.10	18:04	5:49	11	3:55	44	4:09	6.40	33:39	5:15	32	24	6:11	
Hermannsklippe	2.60	15:08	5:49	11	3:11	36	3:26	9.00	48:47	5:25	32	24	9:15	
Brocken	3.10	25:59	8:22	12	5:54	40	6:58	12.10	1:14:46	6:10	32	24	14:48	
Eiserner Handwe	3.60	15:34	4:19	11	3:02	32	3:06	15.70	1:30:20	5:45	32	24	17:54	
Schlüsie	4.00	13:35	3:23	7	2:07	16	2:22	19.70	1:43:55	5:16	31	24	20:16	
Loddenke	3.20	12:15	3:49	9	1:44	17	1:51	22.90	1:56:10	5:04	32	24	22:07	
Ilseburg/Markt	3.30	13:20	4:02	9	1:57	23	2:17	26.20	2:09:30	4:56	10	23:47	24	24:24