



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

evaluación detallada

Harms, Lars

Asociación: Bremerhaven

Dorsal: 58

recorrido: 26.20 km

Brockenlauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 2:28:29

velocidad: 10.51 km/h

rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 107 (de 370)

posición en el recorrido/Men: 97 (de 317)

mejor tiempo del recorrido: 1:45:06

posición en la categoría: 9(de 23)

mejor tiempo en la categoría: 2:00:20

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso min/km	stage score		Total km	Total tiempo	Total posición	retraso min/km	Total score			
					categoría	Men					categoría	Men		
Loddenke	3.30	18:27	5:35	11	4:40	126	5:25	3.30	18:27	5:35	16	95	5:24	
Schlüsie	3.10	19:30	6:17	11	3:45	95	5:35	6.40	37:57	5:55	16	93	10:29	
Hermannsklippe	2.60	16:10	6:13	9	2:58	75	4:28	9.00	54:07	6:00	16	95	14:35	
Brocken	3.10	27:04	8:43	7	4:54	55	8:03	12.10	1:21:11	6:42	16	95	21:13	
Eiserner Handwe	3.60	18:11	5:03	8	3:33	96	5:43	15.70	1:39:22	6:19	16	95	26:56	
Schlüsie	4.00	16:49	4:12	8	4:08	111	5:36	19.70	1:56:11	5:53	16	95	32:32	
Loddenke	3.20	15:32	4:51	10	2:56	122	5:08	22.90	2:11:43	5:45	16	95	37:40	
Ilseburg/Markt	3.30	16:46	5:04	11	3:28	134	5:43	26.20	2:28:29	5:40	9	28:09	97	43:23