



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: 10.59 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 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 | 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 |