



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf
Ilseburg / 03.09.2011

evaluación detallada

Post, Cornelia

Asociación: Rodenberg
Dorsal: 196

recorrido: 26.20 km
Brockenlauf

categoría:
Frauen W45

tiempo total: 2:44:03

velocidad: 9.58 km/h
rendimiento en carrera: 6:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 188 (de 370)
posición en el recorrido/Women: 21 (de 53)
mejor tiempo del recorrido: 2:03:07

posición en la categoría: 6(de 14)
mejor tiempo en la categoría: 2:23:52

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Loddenke	3.30	21:44	6:35	10	4:11	34	7:25	3.30	21:44	6:35	6	3:58	48	
Schlüsie	3.10	21:19	6:52	7	1:59	21	5:16	6.40	43:03	6:43	6	5:57	48	
Hermannsklippe	2.60	18:04	6:56	4	1:36	17	4:46	9.00	1:01:07	6:47	6	7:33	48	
Brocken	3.10	30:52	9:57	5	3:10	19	8:26	12.10	1:31:59	7:36	6	10:43	47	
Eiserner Handwe	3.60	20:33	5:42	5	2:57	22	4:55	15.70	1:52:32	7:10	6	13:37	48	
Schlüsie	4.00	19:11	4:47	8	3:55	26	4:19	19.70	2:11:43	6:41	6	17:03	44	
Loddenke	3.20	15:56	4:58	7	1:59	23	3:03	22.90	2:27:39	6:26	6	19:00	47	
Ilseburg/Markt	3.30	16:24	4:58	5	1:47	16	2:46	26.20	2:44:03	6:15	6	20:11	21	40:56