



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

evaluación detallada

Post, Michael

Asociación: Rodenberg

Dorsal: 197

recorrido: 26.20 km

Brockenlauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 3:01:36

velocidad: 8.59 km/h

rendimiento en carrera: 6:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 275 (de 370)

posición en el recorrido/Men: 239 (de 317)

mejor tiempo del recorrido: 1:45:06

posición en la categoría: 58(de 74)

mejor tiempo en la categoría: 2:01:21

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Loddenke	3.30	20:57	6:20	62	6:39	238	7:55	3.30	20:57	6:20	36	1:13	181	7:54
Schlüsie	3.10	23:17	7:30	57	6:48	237	9:22	6.40	44:14	6:54	36	3:07	236	16:46
Hermannsklippe	2.60	20:54	8:02	58	6:53	239	9:12	9.00	1:05:08	7:14	36	5:36	236	25:36
Brocken	3.10	37:11	11:59	59	16:02	261	18:10	12.10	1:42:19	8:27	36	11:43	236	42:21
Eiserner Handwe	3.60	23:09	6:25	59	8:39	248	10:41	15.70	2:05:28	7:59	36	15:02	236	53:02
Schlüsie	4.00	20:45	5:11	57	7:16	231	9:32	19.70	2:26:13	7:25	31	14:49	236	1:02:34
Loddenke	3.20	17:48	5:33	45	5:54	197	7:24	22.90	2:44:01	7:09	36	16:38	236	1:09:58
Ilseburg/Markt	3.30	17:35	5:19	44	4:55	165	6:32	26.20	3:01:36	6:55	58	1:00:15	239	1:16:30