



42. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2012

evaluación detallada

Gehrke, Heiko

Asociación: TSV Lengde  
Dorsal: 530

recorrido: 9.60 km  
Ilsesteinlauf

categoría:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 56:50

velocidad: 10.13 km/h  
rendimiento en carrera: 5:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 111 (de 174)  
posición en el recorrido/Men: 83 (de 112)  
mejor tiempo del recorrido: 34:18

posición en la categoría: 9(de 12)  
mejor tiempo en la categoría: 37:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score		Total score		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				posición categoría	retraso Men	posición categoría	retraso Men							
Ilsestein	4.10	29:04	7:05	10	10:35	87	12:25	4.10	29:04	7:05	9	10:35	83	12:25
Loddenke	2.20	10:29	4:45	8	3:04	65	3:35	6.30	39:33	6:16	9	13:39	83	16:00
Ilseburg/Markt	3.30	17:17	5:14	10	5:41	93	6:32	9.60	56:50	5:55	9	19:20	83	22:32