



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

evaluación detallada

Buchholz, Stefan

Asociación: Pulvis Fitness Harsum
Dorsal: 700

recorrido: 9.60 km
9,6 km - Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 54:09

velocidad: 9.97 km/h
rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 87 (de 170)
posición en el recorrido/Men: 67 (de 111)
mejor tiempo del recorrido: 33:31

posición en la categoría: 8(de 11)
mejor tiempo en la categoría: 38:59

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 | | |
| Ilsestein | 4.10 | 28:03 | 6:50 | 9 | 8:31 | 77 | 11:40 | 4.10 | 28:03 | 6:50 | 8 | 8:31 | 66 | 11:22 |
| Loddenke | 2.20 | 10:26 | 4:44 | 7 | 2:28 | 54 | 3:52 | 6.30 | 38:29 | 6:06 | 8 | 10:44 | 66 | 15:14 |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 15:40 | 4:44 | 8 | 4:26 | 64 | 5:27 | 9.60 | 54:09 | 5:38 | 8 | 15:10 | 67 | 20:38 |