



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

evaluación detallada

Holz, Volker

Asociación: Derenburg  
Dorsal: 590

recorrido: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

categoría:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:05:55

velocidad: 8.19 km/h  
rendimiento en carrera: 6:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 154 (de 170)  
posición en el recorrido/Men: 104 (de 111)  
mejor tiempo del recorrido: 33:31

posición en la categoría: 10(de 10)  
mejor tiempo en la categoría: 44:11

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	33:45	8:13	10	12:01	104	17:22	4.10	33:45	8:13	10	12:01	104	17:04
Loddenke	2.20	12:46	5:48	10	3:53	101	6:12	6.30	46:31	7:23	10	15:54	104	23:16
Ilseburg/Markt	3.30	19:24	5:52	10	5:50	106	9:11	9.60	1:05:55	6:51	10	21:44	104	32:24