



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

evaluación detallada

Helm, Jürgen

Asociación: LAG Wesertal  
Dorsal: 3

recorrido: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

categoría:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:12:26

velocidad: 11.78 km/h  
rendimiento en carrera: 5:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 48 (de 456)  
posición en el recorrido/Men: 47 (de 399)  
mejor tiempo del recorrido: 1:39:03

posición en la categoría: 3(de 63)  
mejor tiempo en la categoría: 2:02:34

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			cat	cat	Men	Men				cat	cat	Men	Men	
Loddenke	3.30	16:03	4:51	4	1:15	62	3:32	3.30	16:03	4:51	35	47	3:28	
Schlüsie	3.10	17:32	5:39	5	1:11	55	4:10	6.40	33:35	5:14	35	47	7:35	
Hermannsklippe	2.60	15:46	6:03	4	1:29	60	4:13	9.00	49:21	5:29	35	47	11:41	
Brocken	3.10	26:56	8:41	7	4:01	82	8:55	12.10	1:16:17	6:18	35	47	20:13	
Eiserner Handwe	3.60	14:51	4:07	2	0:08	23	2:48	15.70	1:31:08	5:48	35	47	22:58	
Schlüsie	4.10	14:41	3:34	3	0:57	32	3:43	19.80	1:45:49	5:20	35	47	26:41	
Loddenke	3.10	12:35	4:03	4	0:50	45	3:11	22.90	1:58:24	5:10	35	47	29:52	
Ilseburg/Markt	3.30	14:02	4:15	5	0:54	48	3:31	26.20	2:12:26	5:03	3	9:52	47	33:23