



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

evaluación detallada

Twyrdy, Krystian

Asociación: LV.ASPA. Wolfsburg  
Dorsal: 62

recorrido: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

categoría:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:57:30

velocidad: 8.79 km/h  
rendimiento en carrera: 6:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 319 (de 456)

posición en el recorrido/Men: 284 (de 399)

mejor tiempo del recorrido: 1:39:03

posición en la categoría: 45(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 2:02:34

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Loddenke	3.30	22:08	6:42	52	7:20	334	9:37	3.30	22:08	6:42	14	1:28	264	9:33
Schlüsie	3.10	22:20	7:12	44	5:59	282	8:58	6.40	44:28	6:56	14	0:08	284	18:28
Hermannsklippe	2.60	20:14	7:46	43	5:57	264	8:41	9.00	1:04:42	7:11	14		284	27:02
Brocken	3.10	33:32	10:49	43	10:37	265	15:31	12.10	1:38:14	8:07	14		284	42:10
Eiserner Handwe	3.60	22:44	6:18	50	8:01	317	10:41	15.70	2:00:58	7:42	14		284	52:48
Schlüsie	4.10	22:04	5:22	48	8:20	315	11:06	19.80	2:23:02	7:13	14		284	1:03:54
Loddenke	3.10	16:45	5:24	43	5:00	274	7:21	22.90	2:39:47	6:58	14		284	1:11:15
Ilseburg/Markt	3.30	17:43	5:22	33	4:35	229	7:12	26.20	2:57:30	6:46	45	54:56	284	1:18:27