



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

evaluación detallada

Vahldiek, Frank

Asociación: Marathon Hildesheim
Dorsal: 320

recorrido: 26.20 km
26,2 km - Lauf

categoría:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:59:28

velocidad: 8.69 km/h
rendimiento en carrera: 6:51 min/km

posición en el recorrido/Total: 336 (de 456)
posición en el recorrido/Men: 297 (de 399)
mejor tiempo del recorrido: 1:39:03

posición en la categoría: 46(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	21:25	6:29	50	6:37	308	8:54	3.30	21:25	6:29	15	0:45	297	8:50
Schlüsie	3.10	24:11	7:48	54	7:50	336	10:49	6.40	45:36	7:07	15	1:16	297	19:36
Hermannsklippe	2.60	21:20	8:12	47	7:03	305	9:47	9.00	1:06:56	7:26	15		297	29:16
Brocken	3.10	32:50	10:35	39	9:55	249	14:49	12.10	1:39:46	8:14	15		297	43:42
Eiserner Handwe	3.60	20:13	5:36	37	5:30	247	8:10	15.70	1:59:59	7:38	15		297	51:49
Schlüsie	4.10	21:56	5:20	46	8:12	309	10:58	19.80	2:21:55	7:10	15		297	1:02:47
Loddenke	3.10	18:23	5:55	53	6:38	322	8:59	22.90	2:40:18	7:00	15		297	1:11:46
Ilseburg/Markt	3.30	19:10	5:48	47	6:02	291	8:39	26.20	2:59:28	6:50	46	56:54	297	1:20:25