



44. Brockenlauf  
Ilseburg / 06.09.2014

evaluación detallada

Holz, Volker

Asociación: Nix tun kann jeder  
Dorsal: 615

recorrido: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

categoría:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:04:40

velocidad: 8.35 km/h  
rendimiento en carrera: 6:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 158 (de 175)

posición en el recorrido/Men: 111 (de 119)

mejor tiempo del recorrido: 33:35

posición en la categoría: 14(de 15)

mejor tiempo en la categoría: 44:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Ilsestein	4.10	33:30	8:10	14	10:36	115	16:52	4.10	33:30	8:10	13	10:36	110	5:06
Loddenke	2.20	12:26	5:39	13	3:43	101	5:43	6.30	45:56	7:17	13	14:19	110	6:20
Ilseburg/Markt	3.30	18:44	5:40	13	6:20	110	8:32	9.60	1:04:40	6:44	14	20:39	114	31:05