



44. Brockenlauf
Ilseburg / 06.09.2014

evaluación detallada

Jost, Steffen

Asociación: Uli-Rieble-Velcros e. V.
Dorsal: 311

recorrido: 26.20 km
26,2 km - Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:24:42

velocidad: 10.78 km/h
rendimiento en carrera: 5:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 105 (de 492)
posición en el recorrido/Men: 101 (de 415)
mejor tiempo del recorrido: 1:38:33

posición en la categoría: 20(de 67)
mejor tiempo en la categoría: 1:51:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Loddenke	3.30	16:04	4:52	9	2:21	48	4:12	3.30	16:04	4:52	55	106		
Schlüsie	3.10	18:39	6:00	14	3:57	91	5:41	6.40	34:43	5:25	55	105	9:53	
Hermannsklippe	2.60	16:48	6:27	16	4:03	89	5:17	9.00	51:31	5:43	55	105	15:10	
Brocken	3.10	26:29	8:32	13	6:25	71	8:39	12.10	1:18:00	6:26	55	105	23:49	
Eiserner Handwe	3.60	18:13	5:03	31	4:50	168	6:11	15.70	1:36:13	6:07	55	105	30:00	
Schlüsie	4.10	17:43	4:19	32	4:45	166	6:13	19.80	1:53:56	5:45	55	105	36:13	
Loddenke	3.10	14:34	4:41	30	3:48	164	4:44	22.90	2:08:30	5:36	55	105	40:57	
Ilseburg/Markt	3.30	16:12	4:54	34	4:15	177	7:40	26.20	2:24:42	5:31	20	33:19	102	46:09