



46. Brockenlauf  
Ilseburg / 03.09.2016

evaluación detallada

Zieger, Jan-Frederik

Asociación: Lauflin Team Göttingen  
Dorsal: 286

recorrido: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

categoría:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:10:25

velocidad: 11.96 km/h  
rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 529)  
posición en el recorrido/Men: 29 (de 447)  
mejor tiempo del recorrido: 1:39:39

posición en la categoría: 7(de 59)  
mejor tiempo en la categoría: 1:54:51

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	16:48	5:05	15	2:48	73	7:11	3.30	16:48	5:05	15	2:48	73	7:11
Schlüsie	3.10	18:29	5:57	10	2:20	39	4:39	6.40	35:17	5:30	11	5:08	54	9:13
Hermannsklippe	2.60	15:17	5:52	7	1:36	29	3:36	9.00	50:34	5:37	10	6:36	40	12:44
Brocken	3.10	25:18	8:09	9	4:52	45	7:03	12.10	1:15:52	6:16	9	10:41	40	19:47
Eiserner Handwe	3.60	14:51	4:07	6	1:30	23	2:21	15.70	1:30:43	5:46	9	12:11	33	22:08
Schlüsie	4.10	14:54	3:38	9	2:13	36	2:30	19.80	1:45:37	5:20	9	14:24	33	24:36
Loddenke	3.10	11:55	3:50	4	1:08	19	1:35	22.90	1:57:32	5:07	7	14:07	30	26:11
Ilseburg/Markt	3.30	12:53	3:54	3	0:45	11	4:35	26.20	2:10:25	4:58	7	15:34	29	30:46