



46. Brockenlauf
Ilseburg / 03.09.2016

evaluación detallada

Maliezefski, Sebastian

Asociación: Karateverein Shogun Großdalzig e.V.
Dorsal: 101

recorrido: 26.20 km
26,2 km - Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 2:40:00

velocidad: 9.75 km/h
rendimiento en carrera: 6:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 243 (de 529)
posición en el recorrido/Men: 223 (de 447)
mejor tiempo del recorrido: 1:39:39

posición en la categoría: 19(de 30)
mejor tiempo en la categoría: 1:39:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso categoría	stage score		Total score							
					posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición	retraso		
Loddenke	3.30	18:56	5:44	21	9:19	191	9:19	3.30	18:56	5:44	21	9:19	191	9:19
Schlüsie	3.10	21:19	6:52	19	5:25	182	7:29	6.40	40:15	6:17	20	14:06	184	14:11
Hermannsklippe	2.60	18:28	7:06	22	6:47	212	6:47	9.00	58:43	6:31	21	20:53	196	20:53
Brocken	3.10	31:27	10:08	19	13:12	258	13:12	12.10	1:30:10	7:27	21	34:05	217	34:05
Eiserner Handwe	3.60	19:56	5:32	22	7:26	284	7:26	15.70	1:50:06	7:00	21	41:31	235	41:31
Schlüsie	4.10	18:35	4:31	20	6:09	228	6:11	19.80	2:08:41	6:29	20	47:40	229	47:40
Loddenke	3.10	15:23	4:57	23	5:03	252	5:03	22.90	2:24:04	6:17	19	52:43	230	52:43
Ilseburg/Markt	3.30	15:56	4:49	15	7:38	171	7:38	26.20	2:40:00	6:06	19	1:00:21	223	1:00:21