



46. Brockenlauf  
Ilseburg / 03.09.2016

evaluación detallada

Steffen, Sandra

Asociación: Rostock  
Dorsal: 89

recorrido: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

categoría:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 2:57:20

velocidad: 8.80 km/h  
rendimiento en carrera: 6:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 383 (de 529)  
posición en el recorrido/Women: 47 (de 82)  
mejor tiempo del recorrido: 2:09:50

posición en la categoría: 12(de 17)  
mejor tiempo en la categoría: 2:15:22

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Loddenke	3.30	20:46	6:17	11	3:35	43	5:28	3.30	20:46	6:17	11	3:35	43	5:28
Schlüsie	3.10	24:38	7:56	11	5:22	45	6:31	6.40	45:24	7:05	11	8:57	44	11:52
Hermannsklippe	2.60	21:29	8:15	12	5:05	48	5:46	9.00	1:06:53	7:25	11	14:02	47	17:38
Brocken	3.10	35:12	11:21	10	9:22	46	9:45	12.10	1:42:05	8:26	11	23:24	47	27:23
Eiserner Handwe	3.60	19:58	5:32	10	4:52	37	5:56	15.70	2:02:03	7:46	11	28:16	46	31:47
Schlüsie	4.10	20:25	4:58	12	5:38	45	7:08	19.80	2:22:28	7:11	11	33:54	47	38:01
Loddenke	3.10	16:01	5:09	11	3:33	40	4:17	22.90	2:38:29	6:55	11	37:27	45	42:18
Ilseburg/Markt	3.30	18:51	5:42	12	4:31	53	5:12	26.20	2:57:20	6:46	12	41:58	47	47:30