



48. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2018

evaluación detallada

Helmstedt, Sascha

Asociación: Ilseburg
Dorsal: 813

recorrido: 9.60 km
9,6 km - Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 42:25

velocidad: 13.58 km/h
rendimiento en carrera: 4:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 13 (de 230)
posición en el recorrido/Men: 13 (de 136)
mejor tiempo del recorrido: 34:12

posición en la categoría: 2(de 14)
mejor tiempo en la categoría: 34:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Ilsestein	4.10	20:36	5:01	2	3:32	10	3:32	4.10	20:36	5:01	2	3:32	10	3:32
Loddenke	2.20	8:35	3:54	2	1:47	20	1:47	6.30	29:11	4:37	2	5:19	10	5:19
Ilseburg/Markt	3.30	13:14	4:00	2	2:54	18	2:54	9.60	42:25	4:25	2	8:13	14	8:13