



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

evaluación detallada

Grambart, Sandra

Asociación: Bad Zwischenahn  
Dorsal: 172

recorrido: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

categoría:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 3:32:29

velocidad: 7.34 km/h  
rendimiento en carrera: 8:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 548 (de 581)  
posición en el recorrido/Women: 93 (de 106)  
mejor tiempo del recorrido: 2:08:56

posición en la categoría: 10(de 11)  
mejor tiempo en la categoría: 2:13:53

tiempos parciales		stage score						Total score						
control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	etapa retraso	etapa categoría	etapa posición	etapa retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	Total retraso	Total categoría	Total posición	Total retraso
Loddenke	3.30	24:38	7:27	10	8:41	94	8:50	3.30	24:38	7:27	10	8:41	94	8:50
Schlüsie	3.10	26:40	8:36	10	9:05	86	10:05	6.40	51:18	8:00	10	17:46	87	18:50
Hermannsklippe	2.60	25:30	9:48	10	10:05	94	10:55	9.00	1:16:48	8:31	10	27:51	94	29:45
Brocken	3.10	39:49	12:50	10	14:21	86	15:40	12.10	1:56:37	9:38	10	42:12	91	45:18
Eiserner Handwe	3.60	26:04	7:14	11	9:10	90	10:52	15.70	2:22:41	9:05	10	51:22	92	56:10
Schlüsie	4.10	24:47	6:02	10	8:45	87	9:41	19.80	2:47:28	8:27	10	1:00:07	92	1:05:51
Loddenke	3.10	20:11	6:30	9	7:39	90	8:04	22.90	3:07:39	8:11	10	1:07:46	92	1:13:55
Ilseburg/Markt	3.30	24:50	7:31	10	10:50	102	10:50	26.20	3:32:29	8:06	10	1:18:36	93	1:23:33