



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

evaluación detallada

Stöwesand, Frank

Asociación: LT Isenhagener Land  
Dorsal: 635

recorrido: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

categoría:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 2:28:16

velocidad: 10.52 km/h  
rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 172 (de 581)

posición en el recorrido/Men: 167 (de 475)

mejor tiempo del recorrido: 1:39:32

posición en la categoría: 16(de 59)

mejor tiempo en la categoría: 2:07:29

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Loddenke	3.30	17:25	5:16	12	1:33	114	4:21	3.30	17:25	5:16	12	1:33	114	4:21
Schlüsie	3.10	19:11	6:11	11	2:34	147	5:33	6.40	36:36	5:43	10	4:07	135	9:53
Hermannsklippe	2.60	17:20	6:39	13	2:46	189	5:56	9.00	53:56	5:59	9	6:53	143	15:49
Brocken	3.10	30:04	9:41	21	5:37	234	12:01	12.10	1:24:00	6:56	13	12:30	181	27:50
Eiserner Handwe	3.60	18:14	5:03	20	3:21	190	6:22	15.70	1:42:14	6:30	13	15:51	175	34:12
Schlüsie	4.10	17:38	4:18	19	2:51	200	6:04	19.80	1:59:52	6:03	17	18:27	181	40:16
Loddenke	3.10	13:44	4:25	15	1:32	158	4:25	22.90	2:13:36	5:50	16	19:56	178	44:41
Ilseburg/Markt	3.30	14:40	4:26	11	0:52	105	4:03	26.20	2:28:16	5:39	16	20:47	167	48:44