



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

Exploitation détaillée

Grüning, Heiko

Association: NSV Wernigerode

Dossard: 527

Circuit: 10.00 km

Ilsesteinlauf

Catégorie:

Männer M35

Temps total: 41:38

Vitesse: 14.41 km/h

Kilométrage: 4:10 min/km

Place par parcours/Total: 19 (de 135)

Place par parcours/Hommes: 18 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 34:06

Place par catégorie: 1(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:38

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Ilsestein	4.10	20:07	4:54	1	-	16	3:32	4.10	20:07	4:54	1	-	16	3:32	4.10	20:07	4:54	1	-	16	3:32	4.10	20:07	4:54	1	-	16	3:32
Tour 1	1.60	6:12	3:52	1	-	16	1:09	1.60	6:12	3:52	1	-	16	1:09	5.70	26:19	4:37	1	-	16	1:09	5.70	26:19	4:37	1	-	16	1:09
Dernier temps A	4.30	15:19	3:33	2	0:25	22	2:52	10.00	41:38	4:09	1	-	18	7:32	10.00	41:38	4:09	1	-	18	7:32	10.00	41:38	4:09	1	-	18	7:32