



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

Exploitation détaillée

Vahldiek, Frank

Association: Marathon Hildesheim

Dossard: 230

Circuit: 27.00 km

Brockenlauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 2:49:41

Vitesse: 9.55 km/h

Kilométrage: 6:17 min/km

Place par parcours/Total: 308 (de 403)

Place par parcours/Hommes: 284 (de 355)

Meilleur temps dans le parcours: 1:44:00

Place par catégorie: 80(de 92)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:50:19

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Hermannsklippe	9.00	1:02:31	6:56	81	20:25	281	23:23	9.00	1:02:31	6:56	37	7:45	285	23:23
Brocken	3.00	30:52	10:17	68	9:55	240	12:05	12.00	1:33:23	7:46	37	10:59	285	35:01
Arrivée	15.00	1:16:18	5:05	83	29:02	294	30:40	27.00	2:49:41	6:17	80	59:22	285	1:05:41