



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

Exploitation détaillée

Spittau, Björn

Association: TV Heitersheim

Dossard: 580

Circuit: 10.00 km

Ilsesteinlauf

Catégorie:

Männer M30

Temps total: 53:26

Vitesse: 11.23 km/h

Kilométrage: 5:20 min/km

Place par parcours/Total: 71 (de 135)

Place par parcours/Hommes: 57 (de 85)

Meilleur temps dans le parcours: 34:06

Place par catégorie: 2(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 48:00

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	26:30	6:27	2	2:48	54	9:55	4.10	26:30	6:27	2	2:48	9	0:13	4.10	26:30	6:27	2	2:48	9	0:13	4.10	26:30	6:27	2	2:48	9	0:13
Tour 1	1.60	8:32	5:19	2	1:05	67	3:29	5.70	35:02	6:08	2	3:53	9	0:39	5.70	35:02	6:08	2	3:53	9	0:39	5.70	35:02	6:08	2	3:53	9	0:39
Dernier temps Ar	4.30	18:24	4:16	2	1:33	58	5:57	10.00	53:26	5:20	2	5:26	57	19:20	10.00	53:26	5:20	2	5:26	57	19:20	10.00	53:26	5:20	2	5:26	57	19:20