



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

Exploitation détaillée

Grüning, Heiko

Association: NSV Wernigerode
Dossard: 611

Circuit: 9.60 km
Ilsesteinlauf

Catégorie:
Männer M35

Temps total: 42:34

Vitesse: 12.69 km/h
Kilométrage: 4:26 min/km

Place par parcours/Total: 22 (de 149)
Place par parcours/Hommes: 21 (de 107)

Meilleur temps dans le parcours: 33:05

Place par catégorie: 1(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 42:34

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 | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | catg. | Hommes |
| Ilsestein | 4.10 | 21:10 | 5:09 | 1 | - | 21 | 4:55 | 4.10 | 21:10 | 5:09 | 1 | - | 20 | 4:55 | 4.10 | 21:10 | 5:09 | 1 | - | 20 | 4:55 | 1 | - | 20 | 4:55 | 1 | - | 20 | 4:55 |
| Loddenke | 2.20 | 8:25 | 3:49 | 1 | - | 17 | 1:43 | 6.30 | 29:35 | 4:41 | 1 | - | 21 | 6:38 | 6.30 | 29:35 | 4:41 | 1 | - | 21 | 6:38 | 1 | - | 21 | 6:38 | 1 | - | 21 | 6:38 |
| Ilsenburg/Markt | 3.30 | 12:59 | 3:56 | 1 | - | 23 | 2:51 | 9.60 | 42:34 | 4:26 | 1 | - | 21 | 9:29 | 9.60 | 42:34 | 4:26 | 1 | - | 21 | 9:29 | 1 | - | 21 | 9:29 | 1 | - | 21 | 9:29 |