



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

## Exploitation détaillée

Ungrad, Christian

Association: VFL Oker

Dossard: 587

Circuit: 9.60 km

Ilsesteinlauf

Catégorie:

Männer M40

Temps total: 42:53

Vitesse: 13.43 km/h

Kilométrage: 4:28 min/km

Place par parcours/Total: 23 (de 149)

Place par parcours/Hommes: 22 (de 107)

Meilleur temps dans le parcours: 33:05

Place par catégorie: 2(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:23

## 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	20:53	5:05	2	1:01	20	4:38	4.10	20:53	5:05	2	1:01	22	4:38	4.10	20:53	5:05	2	1:01	22	4:38	4.10	20:53	5:05	2	1:01	22	4:38
Loddenke	2.20	8:44	3:58	2	0:09	23	2:02	2.20	8:44	3:58	2	0:09	23	2:02	6.30	29:37	4:42	2	1:10	22	6:40	6.30	29:37	4:42	2	1:10	22	6:40
Ilsenburg/Markt	3.30	13:16	4:01	2	1:20	25	3:08	3.30	13:16	4:01	2	1:20	25	3:08	9.60	42:53	4:28	2	2:30	22	9:48	9.60	42:53	4:28	2	2:30	22	9:48