



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

Exploitation détaillée

Runge, Sebastian

Association: Osterode am Harz

Dossard: 638

Circuit: 9.60 km

Ilsesteinlauf

Catégorie:

Männer M20

Temps total: 47:49

Vitesse: 12.05 km/h

Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 45 (de 149)

Place par parcours/Hommes: 42 (de 107)

Meilleur temps dans le parcours: 33:05

Place par catégorie: 11(de 15)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:05

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	24:35	5:59	11	8:20	50	8:20	4.10	24:35	5:59	11	8:20	42	8:20	4.10	24:35	5:59	11	8:20	42	8:20	11	8:20	42	8:20	11	8:20	42	8:20
Loddenke	2.20	9:13	4:11	8	2:31	28	2:31	6.30	33:48	5:21	11	10:51	42	10:51	6.30	33:48	5:21	11	10:51	42	10:51	11	10:51	42	10:51	11	10:51	42	10:51
Ilsenburg/Markt	3.30	14:01	4:14	12	3:53	41	3:53	9.60	47:49	4:58	11	14:44	42	14:44	9.60	47:49	4:58	11	14:44	42	14:44	11	14:44	42	14:44	11	14:44	42	14:44