



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

Exploitation détaillée

Sendrowski, Roman

Association: Braunschweig

Dossard: 620

Circuit: 9.60 km

Ilsesteinlauf

Catégorie:

Männer M30

Temps total: 1:00:32

Vitesse: 8.92 km/h

Kilométrage: 6:19 min/km

Place par parcours/Total: 116 (de 149)

Place par parcours/Hommes: 93 (de 107)

Meilleur temps dans le parcours: 33:05

Place par catégorie: 10(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:27

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	30:26	7:25	10	10:53	95	14:11	4.10	30:26	7:25	10	10:35	93	14:11	4.10	30:26	7:25	10	10:35	93	14:11	10	10:35	93	14:11	10	10:35	93	14:11
Loddenke	2.20	13:27	6:06	10	5:32	98	6:45	2.20	13:27	6:06	10	5:32	98	6:45	6.30	43:53	6:57	10	16:07	90	20:56	10	16:07	90	20:56	10	16:07	90	20:56
Ilsenburg/Markt	3.30	16:39	5:02	9	5:58	77	6:31	3.30	16:39	5:02	9	5:58	77	6:31	9.60	1:00:32	6:18	10	22:05	92	27:27	10	22:05	92	27:27	10	22:05	92	27:27