



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf  
Ilseburg / 03.09.2011

Exploitation détaillée

Westphal, Jochen

Association: LG Elmshorn  
Dossard: 15

Circuit: 26.20 km  
Brockenlauf

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 2:02:18

Vitesse: 12.85 km/h  
Kilométrage: 4:40 min/km

Place par parcours/Total: 14 (de 370)  
Place par parcours/Hommes: 14 (de 317)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:45:06  
Place par catégorie: 2(de 74)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:01:21

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
Loddenke	3.30	15:02	4:33	4	0:44	19	2:00	3.30	15:02	4:33	54		14	1:59	
Schlüsie	3.10	16:45	5:24	2	0:16	17	2:50	6.40	31:47	4:57	54		14	4:19	
Hermannsklippe	2.60	14:07	5:25	2	0:06	16	2:25	9.00	45:54	5:05	54		14	6:22	
Brocken	3.10	23:37	7:37	3	2:28	17	4:36	12.10	1:09:31	5:44	54		14	9:33	
Eiserner Handwe	3.60	14:30	4:01	1	-	12	2:02	15.70	1:24:01	5:21	54		14	11:35	
Schlüsie	4.00	13:29	3:22	1	-	13	2:16	19.70	1:37:30	4:56	51		14	13:51	
Loddenke	3.20	11:54	3:43	1	-	10	1:30	22.90	1:49:24	4:46	54		14	15:21	
Ilseburg/Markt	3.30	12:54	3:54	2	0:14	12	1:51	26.20	2:02:18	4:40	2	0:57	14	17:12	