



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

Exploitation détaillée

Raulfs, Thorsten

Association: Post SV Holzminden

Dossard: 33

Circuit: 26.20 km

Brockenlauf

Catégorie:

Männer M35

Temps total: 2:10:02

Vitesse: 12.09 km/h

Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 370)

Place par parcours/Hommes: 27 (de 317)

Meilleur temps dans le parcours: 1:45:06

Place par catégorie: 2(de 30)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:51:25

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Loddenke	3.30	15:59	4:50	4	2:13	31	2:57	3.30	15:59	4:50	30		20	2:56
Schlüsie	3.10	17:21	5:35	2	1:59	24	3:26	6.40	33:20	5:12	30		27	5:52
Hermannsklippe	2.60	14:18	5:30	2	1:38	20	2:36	9.00	47:38	5:17	30		27	8:06
Brocken	3.10	25:14	8:08	4	4:29	33	6:13	12.10	1:12:52	6:01	30		27	12:54
Eiserner Handwe	3.60	15:42	4:21	4	2:28	35	3:14	15.70	1:28:34	5:38	29		27	16:08
Schlüsie	4.00	14:46	3:41	4	2:28	38	3:33	19.70	1:43:20	5:14	28		27	19:41
Loddenke	3.20	12:43	3:58	4	1:37	26	2:19	22.90	1:56:03	5:04	29		27	22:00
Ilseburg/Markt	3.30	13:59	4:14	7	1:45	40	2:56	26.20	2:10:02	4:57	2	18:37	27	24:56