



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf
Ilseburg / 03.09.2011

Exploitation détaillée

Harms, Lars

Association: Bremerhaven
Dossard: 58

Circuit: 26.20 km
Brockenlauf

Catégorie:
Männer M30

Temps total: 2:28:29

Vitesse: 10.59 km/h
Kilométrage: 5:40 min/km

Place par parcours/Total: 107 (de 370)
Place par parcours/Hommes: 97 (de 317)
Meilleur temps dans le parcours: 1:45:06
Place par catégorie: 9(de 23)
Meilleur temps dans la catégorie: 2:00:20

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	18:27	5:35	11	4:40	126	5:25	3.30	18:27	5:35	16		95	5:24	
Schlüsie	3.10	19:30	6:17	11	3:45	95	5:35	6.40	37:57	5:55	16		93	10:29	
Hermannsklippe	2.60	16:10	6:13	9	2:58	75	4:28	9.00	54:07	6:00	16		95	14:35	
Brocken	3.10	27:04	8:43	7	4:54	55	8:03	12.10	1:21:11	6:42	16		95	21:13	
Eiserner Handwe	3.60	18:11	5:03	8	3:33	96	5:43	15.70	1:39:22	6:19	16		95	26:56	
Schlüsie	4.00	16:49	4:12	8	4:08	111	5:36	19.70	1:56:11	5:53	16		95	32:32	
Loddenke	3.20	15:32	4:51	10	2:56	122	5:08	22.90	2:11:43	5:45	16		95	37:40	
Ilseburg/Markt	3.30	16:46	5:04	11	3:28	134	5:43	26.20	2:28:29	5:40	9	28:09	97	43:23	