



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

## Exploitation détaillée

**Kos, Michael**

Association: MTV Altendorf

Dossard: 114

Circuit: 26.20 km

Brockenlauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 2:33:51

Vitesse: 10.14 km/h

Kilométrage: 5:52 min/km

Place par parcours/Total: 124 (de 370)

Place par parcours/Hommes: 112 (de 317)

Meilleur temps dans le parcours: 1:45:06

Place par catégorie: 29(de 74)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:01:21

### 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.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm					
Loddenke	3.30	19:19	5:51	41	5:01	173	6:17	3.30	19:19	5:51	55	108	6:16	6.40	39:56	6:14	55	108	12:28	9.00	57:51	6:25	55	108	18:19	12.10	1:28:46	7:20	55	108	28:48				
Schlüsie	3.10	20:37	6:39	31	4:08	135	6:42	6.40	39:56	6:14	55	108	12:28	9.00	57:51	6:25	55	108	18:19	12.10	1:28:46	7:20	55	108	28:48	15.70	1:47:28	6:50	55	108	35:02				
Hermannsklippe	2.60	17:55	6:53	33	3:54	141	6:13	9.00	57:51	6:25	55	108	18:19	12.10	1:28:46	7:20	55	108	28:48	15.70	1:47:28	6:50	55	108	35:02	19.70	2:03:44	6:16	59	108	40:05				
Brocken	3.10	30:55	9:58	36	9:46	146	11:54	12.10	1:28:46	7:20	55	108	28:48	15.70	1:47:28	6:50	55	108	35:02	19.70	2:03:44	6:16	59	108	40:05	22.90	2:18:16	6:02	55	108	44:13				
Eiserner Handwe	3.60	18:42	5:11	30	4:12	112	6:14	15.70	1:47:28	6:50	55	108	35:02	19.70	2:03:44	6:16	59	108	40:05	22.90	2:18:16	6:02	55	108	44:13	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45			
Schlüsie	4.00	16:16	4:03	23	2:47	85	5:03	19.70	2:03:44	6:16	59	108	40:05	22.90	2:18:16	6:02	55	108	44:13	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45		
Loddenke	3.20	14:32	4:32	25	2:38	91	4:08	22.90	2:18:16	6:02	55	108	44:13	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45	
Ilseburg/Markt	3.30	15:35	4:43	24	2:55	90	4:32	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45	26.20	2:33:51	5:52	29	32:30	112	48:45