



41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf
Ilseburg / 03.09.2011

Exploitation détaillée

Heine, Stefan

Association: VfR Wilsche-Neubokel
Dossard: 182

Circuit: 26.20 km
Brockenlauf

Catégorie:
Männer M45

Temps total: 2:43:16

Vitesse: 9.55 km/h
Kilométrage: 6:14 min/km

Place par parcours/Total: 182 (de 370)
Place par parcours/Hommes: 162 (de 317)

Meilleur temps dans le parcours: 1:45:06

Place par catégorie: 42(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	18:58	5:44	35	4:40	152	5:56	3.30	18:58	5:44	16		157	5:55	
Schlüsie	3.10	21:24	6:54	44	4:55	170	7:29	6.40	40:22	6:18	16		157	12:54	
Hermannsklippe	2.60	18:33	7:08	41	4:32	169	6:51	9.00	58:55	6:32	16		157	19:23	
Brocken	3.10	32:22	10:26	42	11:13	174	13:21	12.10	1:31:17	7:32	16	0:41	157	31:19	
Eiserner Handwe	3.60	20:09	5:35	40	5:39	164	7:41	15.70	1:51:26	7:05	16	1:00	157	39:00	
Schlüsie	4.00	18:14	4:33	38	4:45	157	7:01	19.70	2:09:40	6:34	13		157	46:01	
Loddenke	3.20	15:30	4:50	29	3:36	118	5:06	22.90	2:25:10	6:20	16		157	51:07	
Ilseburg/Markt	3.30	18:06	5:29	48	5:26	187	7:03	26.20	2:43:16	6:13	42	41:55	162	58:10	