



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilseburg / 03.09.2011

## Exploitation détaillée

**Sternberg, Ulf**

Association: HGL Wernigerode  
Dossard: 143

Circuit: 26.20 km  
Brockenlauf

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 2:44:02

Vitesse: 9.58 km/h  
Kilométrage: 6:16 min/km

Place par parcours/Total: 186 (de 370)  
Place par parcours/Hommes: 166 (de 317)

Meilleur temps dans le parcours: 1:45:06

Place par catégorie: 44(de 74)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:01:21

### 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 Hommes | Total km       | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Hommes |
| Loddenke        | 3.30                 | 19:29       | 5:54         | 42                | 5:11         | 178        | 6:27          | 3.30           | 19:29       | 5:54         | 14          |              | 75         | 6:26          |
| Schlüsie        | 3.10                 | 21:01       | 6:46         | 37                | 4:32         | 153        | 7:06          | 6.40           | 40:30       | 6:19         | 14          |              | 161        | 13:02         |
| Hermannsklippe  | 2.60                 | 18:28       | 7:06         | 39                | 4:27         | 165        | 6:46          | 9.00           | 58:58       | 6:33         | 14          |              | 161        | 19:26         |
| Brocken         | 3.10                 | 30:55       | 9:58         | 36                | 9:46         | 146        | 11:54         | 12.10          | 1:29:53     | 7:25         | 14          |              | 161        | 29:55         |
| Eiserner Handwe | 3.60                 | 19:03       | 5:17         | 34                | 4:33         | 130        | 6:35          | 15.70          | 1:48:56     | 6:56         | 14          |              | 161        | 36:30         |
| Schlüsie        | 4.00                 | 18:23       | 4:35         | 41                | 4:54         | 161        | 7:10          | 19.70          | 2:07:19     | 6:27         | 11          |              | 161        | 43:40         |
| Loddenke        | 3.20                 | 17:52       | 5:34         | 47                | 5:58         | 200        | 7:28          | 22.90          | 2:25:11     | 6:20         | 14          |              | 161        | 51:08         |
| Ilseburg/Markt  | 3.30                 | 18:51       | 5:42         | 53                | 6:11         | 211        | 7:48          | 26.20          | 2:44:02     | 6:15         | 44          | 42:41        | 166        | 58:56         |