



# 42. Brockenlauf

Ilseburg / 01.09.2012

## Exploitation détaillée

Ungrad, Christian

Association: VFL Oker  
Dossard: 674

Circuit: 9.60 km  
Ilsesteinlauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 44:39

Vitesse: 12.09 km/h  
Kilométrage: 4:39 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 174)  
Place par parcours/Hommes: 20 (de 112)

Meilleur temps dans le parcours: 34:18

Place par catégorie: 3(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:09

### 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.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	
Ilsestein	4.10	21:54	5:20	3	3:05	13	5:15	4.10	21:54	5:20	3	2:31	24	5:15															
Loddenke	2.20	8:55	4:03	4	1:24	23	2:01	6.30	30:49	4:53	3	3:55	24	7:16															
Ilseburg/Markt	3.30	13:50	4:11	4	2:35	29	3:05	9.60	44:39	4:39	3	6:30	20	10:21															