



42. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2012

Exploitation détaillée

Cabak, Guido

Association: OstwestExpress
Dossard: 227

Circuit: 26.20 km
Brockenlauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 2:13:50

Vitesse: 11.75 km/h
Kilométrage: 5:07 min/km

Place par parcours/Total: 73 (de 426)
Place par parcours/Hommes: 71 (de 371)
Meilleur temps dans le parcours: 1:42:20

Place par catégorie: 8(de 28)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:53:46

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	16:03	4:51	5	1:56	52	3:37	3.30	16:03	4:51	22		71	3:37	
Schlüsie	3.10	17:45	5:43	9	2:08	73	4:19	6.40	33:48	5:16	22		71	7:56	
Hermannsklippe	2.60	15:38	6:00	9	2:06	69	3:53	9.00	49:26	5:29	22		71	11:49	
Brocken	3.10	24:17	7:50	8	3:33	50	6:11	12.10	1:13:43	6:05	22		71	18:00	
Eiserner Handwe	3.60	16:41	4:38	10	3:28	104	4:43	15.70	1:30:24	5:45	22		71	22:01	
Schlüsie	4.10	15:58	3:53	11	3:18	112	4:02	19.80	1:46:22	5:22	22		71	25:24	
Loddenke	3.10	13:19	4:17	11	2:28	128	3:06	22.90	1:59:41	5:13	22		71	28:30	
Ilseburg/Markt	3.30	14:09	4:17	8	2:17	89	3:00	26.20	2:13:50	5:06	8	20:04	71	31:30	