



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

**Pulvermüller, Christian**

Association: Pulvis Fitness Harsum  
Dossard: 698

Circuit: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 50:08

Vitesse: 10.77 km/h  
Kilométrage: 5:13 min/km

Place par parcours/Total: 54 (de 170)  
Place par parcours/Hommes: 44 (de 111)

Meilleur temps dans le parcours: 33:31

Place par catégorie: 4(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:11

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
Ilsestein	4.10	25:45	6:16	4	4:01	53	9:22	4.10	25:45	6:16	4	4:01	43	9:04
Loddenke	2.20	9:51	4:28	3	0:58	35	3:17	6.30	35:36	5:39	4	4:59	43	12:21
Ilseburg/Markt	3.30	14:32	4:24	2	0:58	35	4:19	9.60	50:08	5:13	4	5:57	44	16:37