



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Förster, Norbert

Association: Niedersachsen
Dossard: 691

Circuit: 9.60 km
9,6 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 52:16

Vitesse: 10.33 km/h
Kilométrage: 5:26 min/km

Place par parcours/Total: 68 (de 170)
Place par parcours/Hommes: 56 (de 111)
Meilleur temps dans le parcours: 33:31

Place par catégorie: 6(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	26:22	6:25	6	4:38	57	9:59	4.10	26:22	6:25	6	4:38	55	9:41
Loddenke	2.20	10:57	4:58	7	2:04	69	4:23	6.30	37:19	5:55	6	6:42	55	14:04
Ilseburg/Markt	3.30	14:57	4:31	4	1:23	42	4:44	9.60	52:16	5:26	6	8:05	56	18:45