



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Rabe, Bernd

Association: Waggumer Holz
Dossard: 541

Circuit: 9.60 km
9,6 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 53:43

Vitesse: 10.05 km/h
Kilométrage: 5:36 min/km

Place par parcours/Total: 81 (de 170)
Place par parcours/Hommes: 63 (de 111)

Meilleur temps dans le parcours: 33:31

Place par catégorie: 8(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:35

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 Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Ilsestein	4.10	27:28	6:41	9	6:00	71	11:05	4.10	27:28	6:41	8	6:00	62	10:47
Loddenke	2.20	10:50	4:55	5	2:29	66	4:16	6.30	38:18	6:04	8	8:29	62	15:03
Ilseburg/Markt	3.30	15:25	4:40	4	1:39	55	5:12	9.60	53:43	5:35	8	10:08	63	20:12