



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Buchholz, Stefan

Association: Pulvis Fitness Harsum
Dossard: 700

Circuit: 9.60 km
9,6 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 54:09

Vitesse: 9.97 km/h
Kilométrage: 5:38 min/km

Place par parcours/Total: 87 (de 170)

Place par parcours/Hommes: 67 (de 111)

Meilleur temps dans le parcours: 33:31

Place par catégorie: 8(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:59

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 | 28:03 | 6:50 | 9 | 8:31 | 77 | 11:40 | 4.10 | 28:03 | 6:50 | 8 | 8:31 | 66 | 11:22 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Loddenke | 2.20 | 10:26 | 4:44 | 7 | 2:28 | 54 | 3:52 | 6.30 | 38:29 | 6:06 | 8 | 10:44 | 66 | 15:14 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 15:40 | 4:44 | 8 | 4:26 | 64 | 5:27 | 9.60 | 54:09 | 5:38 | 8 | 15:10 | 67 | 20:38 | | | | | | | | | | | | | | | |