



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 min/km	Place		Retard		Total		Total		Place	Retard	
	km	Temps		catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.		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