



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Lambeck, Steven

Association: Brockenlaufverein Ilseburg  
Dossard: 307

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 2:04:27

Vitesse: 12.54 km/h  
Kilométrage: 4:45 min/km

Place par parcours/Total: 21 (de 456)  
Place par parcours/Hommes: 21 (de 399)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:03

Place par catégorie: 5(de 55)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:50:22

| Temps intermédiaires |          |             |              | Résultats d'étape |              |            |               | Résultat total |             |              |             |              |            |               |
|----------------------|----------|-------------|--------------|-------------------|--------------|------------|---------------|----------------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------|---------------|
| Poste                | 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 |
| Loddenke             | 3.30     | 14:49       | 4:29         | 6                 | 1:26         | 22         | 2:18          | 3.30           | 14:49       | 4:29         | 33          |              | 19         | 2:14          |
| Schlüsie             | 3.10     | 16:21       | 5:16         | 6                 | 1:54         | 24         | 2:59          | 6.40           | 31:10       | 4:52         | 33          |              | 19         | 5:10          |
| Hermannsklippe       | 2.60     | 15:06       | 5:48         | 7                 | 2:06         | 38         | 3:33          | 9.00           | 46:16       | 5:08         | 33          |              | 21         | 8:36          |
| Brocken              | 3.10     | 24:53       | 8:01         | 9                 | 4:35         | 41         | 6:52          | 12.10          | 1:11:09     | 5:52         | 33          |              | 21         | 15:05         |
| Eiserner Handwe      | 3.60     | 15:07       | 4:11         | 7                 | 1:49         | 30         | 3:04          | 15.70          | 1:26:16     | 5:29         | 33          |              | 21         | 18:06         |
| Schlüsie             | 4.10     | 13:50       | 3:22         | 5                 | 1:28         | 17         | 2:52          | 19.80          | 1:40:06     | 5:03         | 33          |              | 21         | 20:58         |
| Loddenke             | 3.10     | 11:31       | 3:42         | 4                 | 0:59         | 12         | 2:07          | 22.90          | 1:51:37     | 4:52         | 33          |              | 21         | 23:05         |
| Ilseburg/Markt       | 3.30     | 12:50       | 3:53         | 2                 | 0:43         | 12         | 2:19          | 26.20          | 2:04:27     | 4:45         | 5           | 14:05        | 21         | 25:24         |