



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Friedrich, Ronny

Association: Lauffreunde Friedrich
Dossard: 131

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 2:09:04

Vitesse: 12.09 km/h
Kilométrage: 4:56 min/km

Place par parcours/Total: 35 (de 456)
Place par parcours/Hommes: 35 (de 399)
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:03

Place par catégorie: 9(de 55)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:50:22

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	
Loddenke	3.30	15:44	4:46	9	2:21	45	3:13	3.30	15:44	4:46	37		35	3:09	
Schlüsie	3.10	16:44	5:23	8	2:17	34	3:22	6.40	32:28	5:04	37		35	6:28	
Hermannsklippe	2.60	15:18	5:53	9	2:18	45	3:45	9.00	47:46	5:18	37		35	10:06	
Brocken	3.10	25:51	8:20	12	5:33	61	7:50	12.10	1:13:37	6:05	37		35	17:33	
Eiserner Handwe	3.60	15:49	4:23	10	2:31	49	3:46	15.70	1:29:26	5:41	37		35	21:16	
Schlüsie	4.10	14:12	3:27	7	1:50	23	3:14	19.80	1:43:38	5:14	37		35	24:30	
Loddenke	3.10	12:11	3:55	7	1:39	27	2:47	22.90	1:55:49	5:03	37		35	27:17	
Ilseburg/Markt	3.30	13:15	4:00	5	1:08	21	2:44	26.20	2:09:04	4:55	9	18:42	35	30:01	