



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Helm, Jürgen

Association: LAG Wesertal
Dossard: 3

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 2:12:26

Vitesse: 11.78 km/h
Kilométrage: 5:03 min/km

Place par parcours/Total: 48 (de 456)
Place par parcours/Hommes: 47 (de 399)
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:03

Place par catégorie: 3(de 63)
Meilleur temps dans la catégorie: 2:02:34

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	16:03	4:51	4	1:15	62	3:32	3.30	16:03	4:51	35		47	3:28	
Schlüsie	3.10	17:32	5:39	5	1:11	55	4:10	6.40	33:35	5:14	35		47	7:35	
Hermannsklippe	2.60	15:46	6:03	4	1:29	60	4:13	9.00	49:21	5:29	35		47	11:41	
Brocken	3.10	26:56	8:41	7	4:01	82	8:55	12.10	1:16:17	6:18	35		47	20:13	
Eiserner Handwe	3.60	14:51	4:07	2	0:08	23	2:48	15.70	1:31:08	5:48	35		47	22:58	
Schlüsie	4.10	14:41	3:34	3	0:57	32	3:43	19.80	1:45:49	5:20	35		47	26:41	
Loddenke	3.10	12:35	4:03	4	0:50	45	3:11	22.90	1:58:24	5:10	35		47	29:52	
Ilseburg/Markt	3.30	14:02	4:15	5	0:54	48	3:31	26.20	2:12:26	5:03	3	9:52	47	33:23	