



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

de Ruiter, Enrico

Association: Hildesheim  
Dossard: 223

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:16:58

Vitesse: 11.39 km/h  
Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 68 (de 456)  
Place par parcours/Hommes: 65 (de 399)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:03

Place par catégorie: 17(de 99)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:00:26

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	
Loddenke	3.30	14:54	4:30	5	0:42	25	2:23	3.30	14:54	4:30	60		65	2:19	
Schlüsie	3.10	17:35	5:40	10	1:31	57	4:13	6.40	32:29	5:04	60		22	6:29	
Hermannsklippe	2.60	15:52	6:06	13	1:37	65	4:19	9.00	48:21	5:22	60		65	10:41	
Brocken	3.10	25:07	8:06	9	2:29	47	7:06	12.10	1:13:28	6:04	60		65	17:24	
Eiserner Handwe	3.60	17:39	4:54	37	3:16	144	5:36	15.70	1:31:07	5:48	60		65	22:57	
Schlüsie	4.10	16:39	4:03	29	2:39	116	5:41	19.80	1:47:46	5:26	60		65	28:38	
Loddenke	3.10	13:46	4:26	26	2:37	104	4:22	22.90	2:01:32	5:18	60		65	33:00	
Ilseburg/Markt	3.30	15:26	4:40	28	3:19	117	4:55	26.20	2:16:58	5:13	17	16:32	65	37:55	