



43. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Haselhoff, Arend

Association: Lüneburg  
Dossard: 228

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 2:35:47

Vitesse: 10.01 km/h  
Kilométrage: 5:57 min/km

Place par parcours/Total: 186 (de 456)  
Place par parcours/Hommes: 173 (de 399)

Meilleur temps dans le parcours: 1:39:03

Place par catégorie: 19(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:39:03

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	17:28	5:17	13	4:53	110	4:57	3.30	17:28	5:17	15		153	4:53	
Schlüsie	3.10	20:22	6:34	20	6:57	194	7:00	6.40	37:50	5:54	15		173	11:50	
Hermannsklippe	2.60	19:32	7:30	23	7:52	234	7:59	9.00	57:22	6:22	15	0:31	173	19:42	
Brocken	3.10	32:09	10:22	23	13:45	233	14:08	12.10	1:29:31	7:23	15	2:12	173	33:27	
Eiserner Handwe	3.60	18:25	5:06	17	6:19	169	6:22	15.70	1:47:56	6:52	15	1:23	173	39:46	
Schlüsie	4.10	19:11	4:40	22	8:13	228	8:13	19.80	2:07:07	6:25	15	2:12	173	47:59	
Loddenke	3.10	13:52	4:28	11	4:28	109	4:28	22.90	2:20:59	6:09	15	1:39	173	52:27	
Ilseburg/Markt	3.30	14:48	4:29	8	4:17	85	4:17	26.20	2:35:47	5:56	19	56:44	173	56:44	