43. Brockenlauf
Ilsenburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Vahldiek, Frank

Association: Marathon Hildesheim
Dossard: 320

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 2:59:28

Vitesse: 8.69 km/h
Kilométrage: 6:51 min/km

Place par parcours/Total: 336 (de 456)
Place par parcours/Hommes: 297 (de 399)
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:03

Place par catégorie: 46(de 63)
Meilleur temps dans la catégorie: 2:02:34

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homme	Retard Hommes
Loddenke	3.30	21:25	6:29	50	6:37	308	8:54	3.30	21:25	6:29	15	0:45	297	8:50
Schlüsie	3.10	24:11	7:48	54	7:50	336	10:49	6.40	45:36	7:07	15	1:16	297	19:36
Hermannsklippe	2.60	21:20	8:12	47	7:03	305	9:47	9.00	1:06:56	7:26	15		297	29:16
Brocken	3.10	32:50	10:35	39	9:55	249	14:49	12.10	1:39:46	8:14	15		297	43:42
Eiserner Handwe	3.60	20:13	5:36	37	5:30	247	8:10	15.70	1:59:59	7:38	15		297	51:49
Schlüsie	4.10	21:56	5:20	46	8:12	309	10:58	19.80	2:21:55	7:10	15		297	1:02:47
Loddenke	3.10	18:23	5:55	53	6:38	322	8:59	22.90	2:40:18	7:00	15		297	1:11:46
Ilsenburg/Markt	3.30	19:10	5:48	47	6:02	291	8:39	26.20	2:59:28	6:50	46	56:54	297	1:20:25