43. Brockenlauf

Ilsenburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Herden, Wolfgang

Association: Post SV Lehrte
Dossard: 456

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M75 (75 und älter)

Temps total: 3:20:40

Vitesse: 7.77 km/h
Kilométrage: 7:40 min/km

Place par parcours/Total: 407 (de 456)
Place par parcours/Hommes: 359 (de 399)
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:03

Place par catégorie: 3(de 4)
Meilleur temps dans la catégorie: 2:25:46

Temps intermédiaires

Poste	Résultats d'étape							Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
Loddenke	3.30	23:18	7:03	3	5:19	376	10:47	3.30	23:18	7:03	3	5:19	359	10:43
Schlüsie	3.10	24:39	7:57	2	4:11	350	11:17	6.40	47:57	7:29	3	9:30	359	21:57
Hermannsklippe	2.60	23:39	9:05	3	5:55	358	12:06	9.00	1:11:36	7:57	3	15:25	359	33:56
Brocken	3.10	38:36	12:27	3	10:11	357	20:35	12.10	1:50:12	9:06	3	25:36	359	54:08
Eiserner Handwe	3.60	24:03	6:40	3	7:55	343	12:00	15.70	2:14:15	8:33	3	33:31	359	1:06:05
Schlüsie	4.10	23:16	5:40	3	7:19	339	12:18	19.80	2:37:31	7:57	3	40:50	359	1:18:23
Loddenke	3.10	20:23	6:34	4	6:47	361	10:59	22.90	2:57:54	7:46	3	47:37	359	1:29:22
Ilsenburg/Markt	3.30	22:46	6:53	4	7:17	362	12:15	26.20	3:20:40	7:39	3	54:54	359	1:41:37