



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Fähsing, Ralf

Association: Rennsteiglaufverein
Dossard: 163

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 3:32:29

Vitesse: 7.34 km/h
Kilométrage: 8:07 min/km

Place par parcours/Total: 432 (de 456)
Place par parcours/Hommes: 378 (de 399)

Meilleur temps dans le parcours: 1:39:03

Place par catégorie: 28(de 30)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:11:15

Temps intermédiaires		Résultats d'étape						Résultat total						
Poste	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	23:13	7:02	28	7:16	371	10:42	3.30	23:13	7:02	4	2:32	361	10:38
Schlüsie	3.10	27:21	8:49	28	10:29	388	13:59	6.40	50:34	7:54	4	6:29	378	24:34
Hermannsklippe	2.60	26:49	10:18	28	11:37	388	15:16	9.00	1:17:23	8:35	4	11:22	378	39:43
Brocken	3.10	40:52	13:10	27	14:42	378	22:51	12.10	1:58:15	9:46	4	17:34	378	1:02:11
Eiserner Handwe	3.60	25:52	7:11	26	10:18	365	13:49	15.70	2:24:07	9:10	4	23:42	378	1:15:57
Schlüsie	4.10	25:48	6:17	28	10:45	376	14:50	19.80	2:49:55	8:34	4	30:23	378	1:30:47
Loddenke	3.10	20:46	6:41	25	8:03	370	11:22	22.90	3:10:41	8:19	4	35:04	378	1:42:09
Ilseburg/Markt	3.30	21:48	6:36	22	8:04	350	11:17	26.20	3:32:29	8:06	28	1:21:14	378	1:53:26