



43. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2013

Exploitation détaillée

Elsner, Marcel

Association: könig-fitness Ilseburg
Dossard: 583

Circuit: 9.60 km
9,6 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 41:41

Vitesse: 12.95 km/h
Kilométrage: 4:20 min/km

Place par parcours/Total: 12 (de 170)
Place par parcours/Hommes: 10 (de 111)

Meilleur temps dans le parcours: 33:31

Place par catégorie: 3(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 38:59

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	
Ilsestein	4.10	20:41	5:02	3	1:09	10	4:18	4.10	20:41	5:02	3	1:09	10	4:00															
Loddenke	2.20	7:58	3:37	1	-	7	1:24	6.30	28:39	4:32	3	0:54	10	5:24															
Ilseburg/Markt	3.30	13:02	3:56	3	1:48	12	2:49	9.60	41:41	4:20	3	2:42	10	8:10															