



44. Brockenlauf  
Ilseburg / 06.09.2014

Exploitation détaillée

Zensen, Rainer

Association: Düsseldorf  
Dossard: 464

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:21:14

Vitesse: 11.13 km/h  
Kilométrage: 5:23 min/km

Place par parcours/Total: 83 (de 492)  
Place par parcours/Hommes: 80 (de 415)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:38:33

Place par catégorie: 23(de 98)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:58:21

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	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	15:46	4:46	9	1:32	36	3:54	3.30	15:46	4:46	52		81		
Schlüsie	3.10	18:01	5:48	15	2:22	58	5:03	6.40	33:47	5:16	52		80	8:57	
Hermannsklippe	2.60	16:36	6:23	21	2:45	81	5:05	9.00	50:23	5:35	52		80	14:02	
Brocken	3.10	29:07	9:23	35	7:47	155	11:17	12.10	1:19:30	6:34	52		80	25:19	
Eiserner Handwe	3.60	16:53	4:41	25	2:53	87	4:51	15.70	1:36:23	6:08	52		80	30:10	
Schlüsie	4.10	16:20	3:59	23	2:58	89	4:50	19.80	1:52:43	5:41	52		80	35:00	
Loddenke	3.10	13:22	4:18	19	2:07	81	3:32	22.90	2:06:05	5:30	52		80	38:32	
Ilseburg/Markt	3.30	15:09	4:35	27	2:57	108	6:37	26.20	2:21:14	5:23	23	22:53	80	42:41	