



44. Brockenlauf  
Ilseburg / 06.09.2014

Exploitation détaillée

Vahldiek, Frank

Association: Marathon Hildesheim  
Dossard: 367

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Temps total: 3:07:35

Vitesse: 8.38 km/h  
Kilométrage: 7:10 min/km

Place par parcours/Total: 428 (de 492)  
Place par parcours/Hommes: 360 (de 415)

Meilleur temps dans le parcours: 1:38:33

Place par catégorie: 55(de 62)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:03:47

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

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	23:04	6:59	62	7:54	400	11:12	3.30	23:04	6:59	25	2:11	368	3:28
Schlüsie	3.10	26:02	8:23	62	9:40	396	13:04	6.40	49:06	7:40	25	6:24	367	24:16
Hermannsklippe	2.60	22:54	8:48	58	8:33	370	11:23	9.00	1:12:00	8:00	25	8:29	367	35:39
Brocken	3.10	34:06	11:00	53	9:56	331	16:16	12.10	1:46:06	8:46	25	9:43	367	51:55
Eiserner Handwe	3.60	21:08	5:52	46	6:18	304	9:06	15.70	2:07:14	8:06	25	9:25	367	1:01:01
Schlüsie	4.10	21:47	5:18	55	7:44	358	10:17	19.80	2:29:01	7:31	25	11:50	367	1:11:18
Loddenke	3.10	19:09	6:10	59	7:20	376	9:19	22.90	2:48:10	7:20	25	15:44	367	1:20:37
Ilseburg/Markt	3.30	19:25	5:53	55	6:45	337	10:53	26.20	3:07:35	7:09	57	1:03:48	371	1:29:02