



45. Brockenlauf
Ilseburg / 05.09.2015

Exploitation détaillée

Heißenberg, Ralf

Association: LF Ehberg 02
Dossard: 103

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 2:31:39

Vitesse: 10.37 km/h

Place par parcours/Total: 222 (de 532)

Place par parcours/Hommes: 210 (de 452)

Meilleur temps dans le parcours: 1:36:15

Place par catégorie: 15(de 50)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:08:31

Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total							
Poste	Etape km	Etape Temps	Etape km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total km/h	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Loddenke	3.30	18:59	10.43	15	2:30	196	7:13	3.30	18:59	10.43	15	2:30	196	7:13
Schlüsie	3.10	20:07	9.25	15	2:48	202	7:12	6.40	39:06	9.82	12	4:52	193	14:25
Hermannsklippe	2.60	17:48	8.76	16	2:56	202	6:33	9.00	56:54	9.49	14	7:00	190	20:58
Brocken	3.10	30:00	6.20	20	6:06	259	12:48	12.10	1:26:54	8.35	16	13:06	218	33:46
Eiserner Handwe	3.60	18:53	11.44	22	3:26	248	7:16	15.70	1:45:47	8.90	15	16:32	226	41:02
Schlüsie	4.10	17:00	14.47	13	2:45	170	5:34	19.80	2:02:47	9.68	15	19:17	220	46:36
Loddenke	3.10	13:48	13.48	12	1:58	159	4:11	22.90	2:16:35	10.06	15	21:15	215	50:47
Ilseburg/Markt	3.30	15:04	13.14	7	1:53	146	4:37	26.20	2:31:39	10.37	15	23:08	210	55:24