



45. Brockenlauf  
Ilseburg / 05.09.2015

Exploitation détaillée

Lademacher, Ralf

Association: SC Gut Heil Neumünster  
Dossard: 280

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M60 (60-64 Jahre)

Temps total: 2:37:48

Vitesse: 9.89 km/h

Place par parcours/Total: 266 (de 532)

Place par parcours/Hommes: 248 (de 452)

Meilleur temps dans le parcours: 1:36:15

Place par catégorie: 4(de 30)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:20:45

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	19:58	9.02	9	2:23	273	8:12	3.30	19:58	9.02	9	2:23	273	8:12
Schlüsie	3.10	21:04	8.54	4	1:49	268	8:09	6.40	41:02	8.77	6	4:01	272	16:21
Hermannsklippe	2.60	18:17	6.56	4	1:36	240	7:02	9.00	59:19	9.10	4	5:03	262	23:23
Brocken	3.10	28:30	6.32	3	2:34	190	11:18	12.10	1:27:49	8.20	4	7:37	234	34:41
Eiserner Handwe	3.60	19:18	9.33	6	2:27	264	7:41	15.70	1:47:07	8.40	4	10:04	242	42:22
Schlüsie	4.10	18:42	12.83	6	3:08	262	7:16	19.80	2:05:49	9.06	4	12:22	246	49:38
Loddenke	3.10	15:13	11.83	7	2:14	265	5:36	22.90	2:21:02	9.36	4	14:33	246	55:14
Ilseburg/Markt	3.30	16:46	10.74	12	2:30	285	6:19	26.20	2:37:48	9.89	4	17:03	248	1:01:33