



46. Brockenlauf  
Ilseburg / 03.09.2016

### Exploitation détaillée

**Berndt, Marcus**

Association: Hamburg  
Dossard: 696

Circuit: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 47:39

Vitesse: 11.33 km/h  
Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 57 (de 193)  
Place par parcours/Hommes: 49 (de 136)

Meilleur temps dans le parcours: 33:44

Place par catégorie: 11(de 19)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:31

#### 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       | 6.30                 | 33:18       | 5:17         | 11          | 9:04              | 48         | 10:18       | 6.30     | 33:18          | 5:17         | 11          | 9:04         | 48         | 10:18       |
| Ilseburg/Markt | 3.30                 | 14:21       | 4:20         | 12          | 4:04              | 53         | 4:04        | 9.60     | 47:39          | 4:57         | 11          | 13:08        | 49         | 13:55       |