



46. Brockenlauf  
Ilseburg / 03.09.2016

Exploitation détaillée

Heinemann, Maik

Association: Gardelegen  
Dossard: 431

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:20:23

Vitesse: 11.11 km/h  
Kilométrage: 5:22 min/km

Place par parcours/Total: 74 (de 529)  
Place par parcours/Hommes: 69 (de 447)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:39

Place par catégorie: 13(de 75)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:57:42

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
Loddenke	3.30	17:44	5:22	21	3:17	121	8:07	3.30	17:44	5:22	21	3:17	121	8:07	
Schlüsie	3.10	19:42	6:21	16	3:52	98	5:52	6.40	37:26	5:50	17	7:09	104	11:22	
Hermannsklippe	2.60	16:26	6:19	13	2:56	71	4:45	9.00	53:52	5:59	16	10:05	93	16:02	
Brocken	3.10	26:51	8:39	16	5:35	86	8:36	12.10	1:20:43	6:40	15	15:40	89	24:38	
Eiserner Handwe	3.60	16:34	4:36	16	3:05	87	4:04	15.70	1:37:17	6:11	15	18:45	83	28:42	
Schlüsie	4.10	16:27	4:00	18	3:30	105	4:03	19.80	1:53:44	5:44	14	22:15	81	32:43	
Loddenke	3.10	12:52	4:09	10	1:40	53	2:32	22.90	2:06:36	5:31	14	23:09	78	35:15	
Ilseburg/Markt	3.30	13:47	4:10	6	1:07	31	5:29	26.20	2:20:23	5:21	13	22:41	69	40:44	