



46. Brockenlauf
Ilseburg / 03.09.2016

Exploitation détaillée

Steffen, Sandra

Association: Rostock
Dossard: 89

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 2:57:20

Vitesse: 8.80 km/h
Kilométrage: 6:46 min/km

Place par parcours/Total: 383 (de 529)
Place par parcours/Femmes: 47 (de 82)
Meilleur temps dans le parcours: 2:09:50

Place par catégorie: 12(de 17)
Meilleur temps dans la catégorie: 2:15:22

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	
Loddenke	3.30	20:46	6:17	11	3:35	43	5:28	3.30	20:46	6:17	11	3:35	43	5:28	
Schlüsie	3.10	24:38	7:56	11	5:22	45	6:31	6.40	45:24	7:05	11	8:57	44	11:52	
Hermannsklippe	2.60	21:29	8:15	12	5:05	48	5:46	9.00	1:06:53	7:25	11	14:02	47	17:38	
Brocken	3.10	35:12	11:21	10	9:22	46	9:45	12.10	1:42:05	8:26	11	23:24	47	27:23	
Eiserner Handwe	3.60	19:58	5:32	10	4:52	37	5:56	15.70	2:02:03	7:46	11	28:16	46	31:47	
Schlüsie	4.10	20:25	4:58	12	5:38	45	7:08	19.80	2:22:28	7:11	11	33:54	47	38:01	
Loddenke	3.10	16:01	5:09	11	3:33	40	4:17	22.90	2:38:29	6:55	11	37:27	45	42:18	
Ilseburg/Markt	3.30	18:51	5:42	12	4:31	53	5:12	26.20	2:57:20	6:46	12	41:58	47	47:30	