



47. Brockenlauf  
Ilseburg / 02.09.2017

Exploitation détaillée

APOU-FRÜHAUF, Sandra

Association: München  
Dossard: 341

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 3:18:35

Vitesse: 7.86 km/h  
Kilométrage: 7:35 min/km

Place par parcours/Total: 465 (de 500)  
Place par parcours/Femmes: 65 (de 77)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:57:27

Place par catégorie: 14(de 16)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:13:24

Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total						
Poste	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	21:53	6:37	12	6:13	55	7:12	3.30	21:53	6:37	12	6:13	55	7:12
Schlüsie	3.10	26:16	8:28	14	8:30	64	10:07	6.40	48:09	7:31	13	14:43	61	17:19
Hermannsklippe	2.60	24:12	9:18	14	8:21	64	9:45	9.00	1:12:21	8:02	14	23:04	62	27:04
Brocken	3.10	39:39	12:47	15	14:03	67	17:22	12.10	1:52:00	9:15	14	37:07	64	44:26
Eiserner Handwe	3.60	23:56	6:38	14	7:38	68	10:48	15.70	2:15:56	8:39	14	44:45	64	55:14
Schlüsie	4.10	24:03	5:51	15	8:31	68	10:55	19.80	2:39:59	8:04	14	53:16	65	1:06:09
Loddenke	3.10	18:23	5:55	14	5:38	62	6:58	22.90	2:58:22	7:47	14	58:54	65	1:13:07
Ilseburg/Markt	3.30	20:13	6:07	15	6:17	69	19:58	26.20	3:18:35	7:34	14	1:05:11	66	3:18:20