



48. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2018

Exploitation détaillée

Cabak, Guido

Association: NSV Wernigerode
Dossard: 454

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 2:03:24

Vitesse: 12.74 km/h
Kilométrage: 4:43 min/km

Place par parcours/Total: 19 (de 506)
Place par parcours/Hommes: 18 (de 416)
Meilleur temps dans le parcours: 1:44:43

Place par catégorie: 4(de 48)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:44:43

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	15:07	4:34	4	1:41	21	1:41	3.30	15:07	4:34	4	1:41	21	1:41	
Bremer Hütte	2.40	13:11	5:29	4	2:04	24	2:05	5.70	28:18	4:57	4	3:45	21	3:46	
Hermannsklippe	3.30	18:07	5:29	4	3:15	25	3:15	9.00	46:25	5:09	4	7:00	22	7:00	
Brocken	3.10	22:13	7:09	4	3:52	18	3:52	12.10	1:08:38	5:40	4	10:52	20	10:52	
Eiserner Handwe	3.60	14:50	4:07	5	2:18	20	2:18	15.70	1:23:28	5:18	4	13:10	20	13:10	
Bremer Hütte	4.10	17:28	4:15	5	2:17	23	2:34	19.80	1:40:56	5:05	4	15:27	19	15:27	
Loddenke	3.10	9:10	2:57	6	1:12	24	1:12	22.90	1:50:06	4:48	4	16:39	19	16:39	
Ilseburg/Markt	3.30	13:18	4:01	5	2:02	22	2:02	26.20	2:03:24	4:42	4	18:41	18	18:41	