



48. Brockenlauf
Ilseburg / 01.09.2018

Exploitation détaillée

Ruhstrat, Steven

Association: Friedland
Dossard: 507

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:11:29

Vitesse: 11.86 km/h
Kilométrage: 5:01 min/km

Place par parcours/Total: 40 (de 506)
Place par parcours/Hommes: 38 (de 416)
Meilleur temps dans le parcours: 1:44:43

Place par catégorie: 8(de 66)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:51:00

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 | 3.30 | 15:04 | 4:33 | 5 | 1:38 | 20 | 1:38 | 3.30 | 15:04 | 4:33 | 5 | 1:38 | 20 | 1:38 |
| Bremer Hütte | 2.40 | 13:40 | 5:41 | 8 | 2:16 | 34 | 2:34 | 5.70 | 28:44 | 5:02 | 5 | 3:54 | 25 | 4:12 |
| Hermannsklippe | 3.30 | 19:01 | 5:45 | 10 | 3:28 | 46 | 4:09 | 9.00 | 47:45 | 5:18 | 7 | 7:22 | 31 | 8:20 |
| Brocken | 3.10 | 27:18 | 8:48 | 17 | 6:56 | 120 | 8:57 | 12.10 | 1:15:03 | 6:12 | 9 | 14:09 | 47 | 17:17 |
| Eiserner Handwe | 3.60 | 15:31 | 4:18 | 6 | 2:17 | 36 | 2:59 | 15.70 | 1:30:34 | 5:46 | 9 | 16:26 | 46 | 20:16 |
| Bremer Hütte | 4.10 | 17:51 | 4:21 | 8 | 2:21 | 37 | 2:57 | 19.80 | 1:48:25 | 5:28 | 8 | 18:05 | 44 | 22:56 |
| Loddenke | 3.10 | 9:24 | 3:01 | 8 | 1:24 | 34 | 1:26 | 22.90 | 1:57:49 | 5:08 | 8 | 18:38 | 43 | 24:22 |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 13:40 | 4:08 | 8 | 2:01 | 41 | 2:24 | 26.20 | 2:11:29 | 5:01 | 8 | 20:29 | 38 | 26:46 |