



48. Brockenlauf  
Ilseburg / 01.09.2018

Exploitation détaillée

Sternberg, Ulf

Association: Harz-Gebirgslauf Wernigerode  
Dossard: 29

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Temps total: 2:39:24

Vitesse: 9.86 km/h  
Kilométrage: 6:05 min/km

Place par parcours/Total: 234 (de 506)  
Place par parcours/Hommes: 213 (de 416)

Meilleur temps dans le parcours: 1:44:43

Place par catégorie: 28(de 52)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:08:09

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 Hommes | Total km | Total Temps    | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Hommes |
| Loddenke        | 3.30                 | 20:21       | 6:10         | 40          | 3:58              | 274        | 6:55          | 3.30     | 20:21          | 6:10         | 40          | 3:58         | 274        | 6:55          |
| Bremer Hütte    | 2.40                 | 16:52       | 7:01         | 27          | 2:58              | 231        | 5:46          | 5.70     | 37:13          | 6:31         | 35          | 6:49         | 254        | 12:41         |
| Hermannsklippe  | 3.30                 | 22:27       | 6:48         | 28          | 3:59              | 213        | 7:35          | 9.00     | 59:40          | 6:37         | 31          | 10:48        | 237        | 20:15         |
| Brocken         | 3.10                 | 29:09       | 9:24         | 24          | 6:46              | 180        | 10:48         | 12.10    | 1:28:49        | 7:20         | 28          | 15:53        | 215        | 31:03         |
| Eiserner Handwe | 3.60                 | 19:17       | 5:21         | 27          | 5:04              | 197        | 6:45          | 15.70    | 1:48:06        | 6:53         | 26          | 19:37        | 214        | 37:48         |
| Bremer Hütte    | 4.10                 | 22:24       | 5:27         | 24          | 5:07              | 209        | 7:30          | 19.80    | 2:10:30        | 6:35         | 25          | 24:42        | 211        | 45:01         |
| Loddenke        | 3.10                 | 12:05       | 3:53         | 28          | 3:08              | 222        | 4:07          | 22.90    | 2:22:35        | 6:13         | 27          | 27:38        | 207        | 49:08         |
| Ilseburg/Markt  | 3.30                 | 16:49       | 5:05         | 31          | 3:51              | 222        | 5:33          | 26.20    | 2:39:24        | 6:05         | 28          | 31:15        | 213        | 54:41         |