



DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilsenburg / 01.09.2018

Exploitation détaillée

Damrat, Ralf

Association: LG Rems-Welland

Dossard: 38

Circuit: 11.70 km

Deutsche Berglaufmeisterschaft

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:11:33

Vitesse: 9.22 km/h

Kilométrage: 6:07 min/km

Place par parcours/Total: 161 (de 346)

Place par parcours/Hommes: 142 (de 239)

Meilleur temps dans le parcours: 51:11

Place par catégorie: 18(de 23)

Meilleur temps dans la catégorie: 55:00

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
Tour 1	3.00	13:34	4:31	15	2:39	130	3:08	3.00	13:34	4:31	15	2:39	130	3:08
Tour 2	1.00	5:34	5:33	17	1:07	144	1:33	4.00	19:08	4:46	16	3:46	133	4:41
Tour 3	1.00	5:44	5:44	17	1:11	139	1:38	5.00	24:52	4:58	17	4:57	133	6:19
Tour 4	1.00	6:31	6:30	17	1:23	134	1:52	6.00	31:23	5:13	17	6:20	133	8:11
Dernier temps Hi	2.60	16:12	6:13	18	3:51	138	4:43	8.60	47:35	5:31	17	10:11	134	12:54
vor der Schiene	2.63	20:40	7:51	18	5:30	143	6:58	11.23	1:08:15	6:04	18	15:41	141	19:16
nach der Schiene	0.02	fehlt!	-	-	-	-	-	11.25	-	-	-	-	-	-
Brocken	0.45	3:18	7:19	19	0:53	164	1:10	11.70	1:11:33	6:06	18	16:33	144	1:11:33