



# 49. Brockenlauf Ilseburg / 07.09.2019

## Exploitation détaillée

Ziep, René

Association: Jimmys Lauftreff  
Dossard: 822

Circuit: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 56:08

Vitesse: 9.62 km/h  
Kilométrage: 5:51 min/km

Place par parcours/Total: 104 (de 210)  
Place par parcours/Hommes: 80 (de 132)  
Meilleur temps dans le parcours: 33:33  
Place par catégorie: 17(de 19)  
Meilleur temps dans la catégorie: 38:15

## Temps intermédiaires

## Résultats d'étape

## Résultat total

| Poste          | Etape<br>km | Etape<br>Temps | Etape<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg.Homme | Place<br>catg.Homme | Retard<br>Hommes | Total<br>km | Total<br>Temps | Total<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg.Homme | Place<br>catg.Homme | Retard<br>Hommes |
|----------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|------------------|-------------|----------------|-----------------|----------------|----------------------|---------------------|------------------|
| Ilsestein      | 4.10        | 28:43          | 7:00            | 15             | 9:27                 | 85                  | 12:23            | 4.10        | 28:43          | 7:00            | 15             | 9:27                 | 85                  | 12:23            |
| Loddenke       | 2.20        | 11:05          | 5:02            | 17             | 3:30                 | 80                  | 4:20             | 6.30        | 39:48          | 6:19            | 17             | 12:57                | 85                  | 16:41            |
| Ilseburg/Markt | 3.30        | 16:20          | 4:56            | 17             | 4:56                 | 81                  | 5:54             | 9.60        | 56:08          | 5:50            | 17             | 17:53                | 80                  | 22:35            |