



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

## Exploitation détaillée

Fried, Benedikt

Association: Braunschweig  
Dossard: 670

Circuit: 9.60 km  
9,6 km - Lauf

Catégorie:  
Männer (20-29 Jahre)

Temps total: 58:46

Vitesse: 9.19 km/h  
Kilométrage: 6:07 min/km

Place par parcours/Total: 136 (de 210)  
Place par parcours/Hommes: 98 (de 132)

Meilleur temps dans le parcours: 33:33

Place par catégorie: 13(de 17)

Meilleur temps dans la catégorie: 33:33

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste          | Etape |       | Etape  |       | Etape |      | Place |       | Retard |      | Place |       | Retard |       | Total |       | Total |        | Total |       | Place |      | Retard |       | Place |      | Retard |       |       |
|----------------|-------|-------|--------|-------|-------|------|-------|-------|--------|------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|------|--------|-------|-------|------|--------|-------|-------|
|                | km    | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm | Homm  | catg. | catg.  | Homm | Homm  | catg. | catg.  | Homm  | Homm  | km    | Temps | min/km | catg. | catg. | Homm  | Homm | catg.  | catg. | Homm  | Homm | catg.  | catg. | Homm  |
| Ilsestein      | 4.10  | 30:21 | 7:24   | 14    | 14:01 | 103  | 14:01 | 4.10  | 30:21  | 7:24 | 14    | 14:01 | 103    | 14:01 | 4.10  | 30:21 | 7:24  | 14     | 14:01 | 103   | 14:01 | 103  | 14:01  | 103   | 14:01 | 103  | 14:01  | 103   | 14:01 |
| Loddenke       | 2.20  | 11:51 | 5:23   | 14    | 5:06  | 99   | 5:06  | 6.30  | 42:12  | 6:41 | 14    | 19:05 | 102    | 19:05 | 6.30  | 42:12 | 6:41  | 14     | 19:05 | 102   | 19:05 | 102  | 19:05  | 102   | 19:05 | 102  | 19:05  | 102   | 19:05 |
| Ilseburg/Markt | 3.30  | 16:34 | 5:01   | 13    | 6:08  | 83   | 6:08  | 9.60  | 58:46  | 6:07 | 13    | 25:13 | 98     | 25:13 | 9.60  | 58:46 | 6:07  | 13     | 25:13 | 98    | 25:13 | 98   | 25:13  | 98    | 25:13 | 98   | 25:13  | 98    | 25:13 |