



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

Exploitation détaillée

Abel, Sebastian

Association: Kassel  
Dossard: 32

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 1:59:29

Vitesse: 13.16 km/h  
Kilométrage: 4:34 min/km

Place par parcours/Total: 19 (de 581)  
Place par parcours/Hommes: 19 (de 475)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:32

Place par catégorie: 5(de 55)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:53:46

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Place	Retard	Total		Total	Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps						min/km	catg.					
Loddenke	3.30	14:32	4:24	5	0:50	20	1:28	3.30	14:32	4:24	5	0:50	20	1:28
Schlüsie	3.10	15:14	4:54	3	0:10	11	1:36	6.40	29:46	4:39	5	0:58	16	3:03
Hermannsklippe	2.60	13:21	5:08	4	0:26	15	1:57	9.00	43:07	4:47	5	1:15	15	5:00
Brocken	3.10	23:16	7:30	7	2:50	30	5:13	12.10	1:06:23	5:29	5	3:25	19	10:13
Eiserner Handwe	3.60	14:58	4:09	7	1:48	32	3:06	15.70	1:21:21	5:10	5	3:52	20	13:19
Schlüsie	4.10	14:10	3:27	8	1:24	28	2:36	19.80	1:35:31	4:49	5	5:16	21	15:55
Loddenke	3.10	11:34	3:43	4	0:47	21	2:15	22.90	1:47:05	4:40	5	5:52	20	18:10
Ilseburg/Markt	3.30	12:24	3:45	3	0:15	12	1:47	26.20	1:59:29	4:33	5	5:43	19	19:57