



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

Exploitation détaillée

Lambeck, Steven

Association: Brockenlaufverein  
Dossard: 294

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:01:28

Vitesse: 12.84 km/h  
Kilométrage: 4:38 min/km

Place par parcours/Total: 23 (de 581)  
Place par parcours/Hommes: 23 (de 475)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:32

Place par catégorie: 4(de 68)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:51:26

Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total						
Poste	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
Loddenke	3.30	15:06	4:34	4	1:15	31	2:02	3.30	15:06	4:34	4	1:15	31	2:02
Schlüsie	3.10	16:04	5:10	4	1:11	24	2:26	6.40	31:10	4:52	4	2:22	27	4:27
Hermannsklippe	2.60	13:55	5:21	3	1:12	23	2:31	9.00	45:05	5:00	4	3:34	26	6:58
Brocken	3.10	22:55	7:23	3	1:48	25	4:52	12.10	1:08:00	5:37	4	5:22	26	11:50
Eiserner Handwe	3.60	14:42	4:04	4	1:28	25	2:50	15.70	1:22:42	5:16	4	6:49	25	14:40
Schlüsie	4.10	14:24	3:30	6	1:27	35	2:50	19.80	1:37:06	4:54	4	8:12	25	17:30
Loddenke	3.10	11:41	3:46	6	1:04	27	2:22	22.90	1:48:47	4:45	4	9:16	23	19:52
Ilseburg/Markt	3.30	12:41	3:50	5	0:46	16	2:04	26.20	2:01:28	4:38	4	10:02	23	21:56