



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

Exploitation détaillée

Zieger, Jan-Frederik

Association: Lauflin Team Göttingen  
Dossard: 580

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 2:07:10

Vitesse: 12.27 km/h  
Kilométrage: 4:51 min/km

Place par parcours/Total: 38 (de 581)  
Place par parcours/Hommes: 38 (de 475)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:32

Place par catégorie: 8(de 67)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:39:32

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste           | Etape |       | Etape<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg. | Place Retard |        | Total |         | Total<br>min/km | Place<br>catg. | Retard<br>catg. | Place | Retard |
|-----------------|-------|-------|-----------------|----------------|-----------------|--------------|--------|-------|---------|-----------------|----------------|-----------------|-------|--------|
|                 | km    | Temps |                 |                |                 | Hommes       | Hommes | km    | Temps   |                 |                |                 |       |        |
| Loddenke        | 3.30  | 15:05 | 4:34            | 6              | 2:00            | 30           | 2:01   | 3.30  | 15:05   | 4:34            | 6              | 2:00            | 30    | 2:01   |
| Schlüsie        | 3.10  | 16:36 | 5:21            | 7              | 2:58            | 34           | 2:58   | 6.40  | 31:41   | 4:57            | 6              | 4:58            | 31    | 4:58   |
| Hermannsklippe  | 2.60  | 14:20 | 5:30            | 7              | 2:56            | 34           | 2:56   | 9.00  | 46:01   | 5:06            | 7              | 7:54            | 32    | 7:54   |
| Brocken         | 3.10  | 25:06 | 8:05            | 12             | 7:03            | 56           | 7:03   | 12.10 | 1:11:07 | 5:52            | 7              | 14:57           | 37    | 14:57  |
| Eiserner Handwe | 3.60  | 15:19 | 4:15            | 9              | 3:27            | 45           | 3:27   | 15.70 | 1:26:26 | 5:30            | 8              | 18:24           | 38    | 18:24  |
| Schlüsie        | 4.10  | 15:01 | 3:39            | 10             | 3:27            | 52           | 3:27   | 19.80 | 1:41:27 | 5:07            | 9              | 21:51           | 39    | 21:51  |
| Loddenke        | 3.10  | 12:13 | 3:56            | 9              | 2:54            | 46           | 2:54   | 22.90 | 1:53:40 | 4:57            | 8              | 24:45           | 36    | 24:45  |
| Ilseburg/Markt  | 3.30  | 13:30 | 4:05            | 9              | 2:53            | 43           | 2:53   | 26.20 | 2:07:10 | 4:51            | 8              | 27:38           | 38    | 27:38  |