



49. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2019

Exploitation détaillée

Kastenhofer, Jan

Association: Potsdamer Laufclub  
Dossard: 241

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

Temps total: 2:12:10

Vitesse: 11.89 km/h  
Kilométrage: 5:02 min/km

Place par parcours/Total: 60 (de 581)  
Place par parcours/Hommes: 58 (de 475)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:39:32

Place par catégorie: 11(de 55)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:53:46

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Etape		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Hommes	Retard Hommes
	Etape km	Etape Temps				Place Hommes	Retard Hommes							
Loddenke	3.30	18:12	5:30	25	4:30	160	5:08	3.30	18:12	5:30	25	4:30	160	5:08
Schlüsie	3.10	17:26	5:37	10	2:22	56	3:48	6.40	35:38	5:34	17	6:50	104	8:55
Hermannsklippe	2.60	14:31	5:34	9	1:36	41	3:07	9.00	50:09	5:34	13	8:17	75	12:02
Brocken	3.10	24:29	7:53	10	4:03	47	6:26	12.10	1:14:38	6:10	12	11:40	63	18:28
Eiserner Handwe	3.60	15:32	4:18	8	2:22	52	3:40	15.70	1:30:10	5:44	11	12:41	57	22:08
Schlüsie	4.10	15:02	3:40	10	2:16	55	3:28	19.80	1:45:12	5:18	11	14:57	57	25:36
Loddenke	3.10	12:45	4:06	11	1:58	75	3:26	22.90	1:57:57	5:09	11	16:44	56	29:02
Ilseburg/Markt	3.30	14:13	4:18	13	2:04	76	3:36	26.20	2:12:10	5:02	11	18:24	58	32:38