



49. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2019

Exploitation détaillée

Nikodem, Florian

Association: Peine
Dossard: 364

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Temps total: 3:04:57

Vitesse: 8.43 km/h
Kilométrage: 7:04 min/km

Place par parcours/Total: 469 (de 581)
Place par parcours/Hommes: 409 (de 475)

Meilleur temps dans le parcours: 1:39:32

Place par catégorie: 43(de 47)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:47:45

Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total						
Poste	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Loddenke	3.30	20:23	6:10	31	7:19	303	7:19	3.30	20:23	6:10	31	7:19	303	7:19
Schlüsie	3.10	21:26	6:54	34	7:18	304	7:48	6.40	41:49	6:32	32	14:24	299	15:06
Hermannsklippe	2.60	19:18	7:25	35	6:54	319	7:54	9.00	1:01:07	6:47	35	21:18	313	23:00
Brocken	3.10	33:59	10:57	38	14:09	364	15:56	12.10	1:35:06	7:51	37	35:10	334	38:56
Eiserner Handwe	3.60	24:15	6:44	41	11:28	419	12:23	15.70	1:59:21	7:36	37	45:53	360	51:19
Schlüsie	4.10	25:13	6:09	45	13:11	447	13:39	19.80	2:24:34	7:18	42	58:43	387	1:04:58
Loddenke	3.10	19:49	6:23	44	9:48	444	10:30	22.90	2:44:23	7:10	43	1:08:02	404	1:15:28
Ilseburg/Markt	3.30	20:34	6:13	43	9:36	426	9:57	26.20	3:04:57	7:03	43	1:17:12	409	1:25:25