



51. Brockenlauf  
Ilseburg / 03.09.2022

Exploitation détaillée

Ruhe, Steffen

Association: Team beveget  
Dossard: 344

Circuit: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 2:31:45

Vitesse: 10.28 km/h  
Kilométrage: 5:47 min/km

Place par parcours/Total: 128 (de 418)  
Place par parcours/Hommes: 115 (de 336)

Meilleur temps dans le parcours: 1:39:59

Place par catégorie: 21(de 60)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:00:45

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	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	18:18	5:32	20	3:48	116	6:18	3.30	18:18	5:32	20	3:48	116	6:18	
Schlüsie	3.10	19:29	6:17	17	3:54	93	6:02	6.40	37:47	5:54	19	7:42	108	12:20	
Hermannsklippe	2.60	17:13	6:37	15	3:19	93	5:25	9.00	55:00	6:06	17	11:01	105	17:45	
Brocken	3.10	28:16	9:07	19	5:30	101	10:06	12.10	1:23:16	6:52	18	16:25	97	27:51	
Eiserner Handwe	3.60	17:26	4:50	16	3:07	87	5:24	15.70	1:40:42	6:24	18	18:08	94	33:15	
Schlüsie	4.10	17:06	4:10	21	3:35	110	5:34	19.80	1:57:48	5:56	17	21:43	95	38:49	
Loddenke	3.10	fehlt!	-	-	-	-	-	22.90	-	-	-	-	-	-	
Ilseburg/Markt	3.30	33:57	10:17	54	21:07	316	22:55	26.20	2:31:45	5:47	21	31:00	115	51:46	