



52. Brockenlauf
Ilseburg / 02.09.2023

Exploitation détaillée

Bömeke, Alex

Association: Duderstadt
Dossard: 5

Circuit: 26.20 km
26,2 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Temps total: 2:19:06

Vitesse: 11.21 km/h
Kilométrage: 5:19 min/km

Place par parcours/Total: 69 (de 537)
Place par parcours/Hommes: 62 (de 440)
Meilleur temps dans le parcours: 1:41:44

Place par catégorie: 12(de 57)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:54:56

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	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	15:24	4:40	5	1:07	37	3:12	3.30	15:24	4:40	5	1:07	37	3:12	
Schlüsie	3.10	18:07	5:50	9	2:22	60	4:43	6.40	33:31	5:14	6	3:29	50	7:55	
Hermannsklippe	2.60	16:44	6:26	17	3:04	88	4:50	9.00	50:15	5:34	7	6:33	53	12:45	
Brocken	3.10	26:55	8:40	16	6:06	77	8:42	12.10	1:17:10	6:22	9	12:39	62	21:27	
Eiserner Handwe	3.60	15:52	4:24	7	2:15	47	3:16	15.70	1:33:02	5:55	7	14:54	56	24:43	
Schlüsie	4.10	16:05	3:55	13	2:47	65	4:08	19.80	1:49:07	5:30	8	17:41	56	28:51	
Loddenke	3.10	13:53	4:28	18	2:34	105	3:49	22.90	2:03:00	5:22	9	20:15	58	32:40	
Ilseburg/Markt	3.30	16:06	4:52	20	3:55	147	4:42	26.20	2:19:06	5:18	12	24:10	62	37:22	