



52. Brockenlauf  
Ilseburg / 02.09.2023

Detalizēti rezultāti

Grambart, Sandra

Klubs: Bad Zwischenahn  
Numurs: 148

Posms: 26.20 km  
26,2 km - Lauf

Grupa:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Kopējais laiks: 3:25:20

Ātrums: 7.60 km/h  
Skrējiena izpildījums: 7:50 min/km

Vieta distancē/Kopā: 507 (no 537)  
Vieta distancē/Sievietes: 90 (no 97)  
Distances labākais laiks: 2:02:52

Vieta grupā: 15(no 16)  
Grupā labākais laiks: 2:29:41

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes				
Loddenke	3.30	23:12	7:01	13	6:18	80	8:13	3.30	23:12	7:01	13	6:18	80	8:13
Schlüsie	3.10	26:06	8:25	12	6:23	78	9:22	6.40	49:18	7:42	12	12:41	79	17:24
Hermannsklippe	2.60	24:26	9:23	15	6:46	83	10:00	9.00	1:13:44	8:11	13	19:27	81	26:59
Brocken	3.10	40:29	13:03	15	12:13	86	17:48	12.10	1:54:13	9:26	15	31:40	86	44:47
Eiserner Handwe	3.60	24:50	6:53	12	7:10	85	10:29	15.70	2:19:03	8:51	15	37:51	89	54:39
Schlüsie	4.10	24:05	5:52	12	6:04	86	10:35	19.80	2:43:08	8:14	14	43:47	87	1:04:07
Loddenke	3.10	19:26	6:16	13	5:32	88	8:10	22.90	3:02:34	7:58	14	48:50	87	1:12:17
Ilseburg/Markt	3.30	22:46	6:53	15	7:34	93	10:11	26.20	3:25:20	7:50	15	55:39	90	1:22:28