



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Sebastian Helde

Startnummer: 182

Strecke: 24,90 km
24,9 km - Lauf

Kategorie:
Senioren M35 (35-39) B

Gesamt-Zeit: 2:41:34

Geschwindigkeit: 8,91 km/h
Laufleistung: 6:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 246 (von 433)

Strecken-Platzierung/Männer: 219 (von 351)

Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 39(von 49)

Bestzeit in der Kategorie: 1:42:12

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Ilsestein	4,10	28:47	7:01	42	11:25	239	12:11	4,10	28:47	7:01	42	11:25	239	12:11
Plessenburg	2,40	15:18	6:22	35	5:29	202	6:09	6,50	44:05	6:46	40	16:54	225	18:20
Oehrenfeld	3,40	18:12	5:21	39	6:53	243	7:17	9,90	1:02:17	6:17	39	23:42	227	25:37
Ilsestein	4,80	33:14	6:55	32	12:13	193	23:23	14,70	1:35:31	6:29	37	35:55	211	38:56
Plessenburg	2,30	17:28	7:35	37	7:15	223	7:50	17,00	1:52:59	6:38	36	42:34	210	46:46
Oehrenfeld	3,40	19:52	5:50	40	7:54	249	8:31	20,40	2:12:51	6:30	38	50:28	219	55:17
Ilseburg/Markt	4,50	28:43	6:22	38	10:27	215	11:57	24,90	2:41:34	6:29	39	59:22	219	1:07:14