



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Christian Grob

Startnummer: 160

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-44) B

Gesamt-Zeit: 2:29:38

Geschwindigkeit: 9,62 km/h
Laufleistung: 6:00 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 171 (von 433)

Strecken-Platzierung/Männer: 154 (von 351)

Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 29(von 53)

Bestzeit in der Kategorie: 1:40:59

Zwischenzeiten				Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
Kontrolle	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	26:17	6:24	26	7:47	145	9:41	4,10	26:17	6:24	26	7:47	145	9:41
Plessenburg	2,40	14:56	6:13	35	5:06	187	5:47	6,50	41:13	6:20	30	12:53	160	15:28
Oehrenfeld	3,40	16:45	4:55	31	4:53	163	5:50	9,90	57:58	5:51	31	17:46	165	21:18
Ilsestein	4,80	31:55	6:38	29	10:28	164	22:04	14,70	1:29:53	6:06	30	28:14	159	33:18
Plessenburg	2,30	16:13	7:03	30	6:04	158	6:35	17,00	1:46:06	6:14	31	34:18	158	39:53
Oehrenfeld	3,40	17:02	5:00	28	4:54	142	5:41	20,40	2:03:08	6:02	30	39:12	153	45:34
Ilseburg/Markt	4,50	26:30	5:53	30	9:27	157	9:44	24,90	2:29:38	6:00	29	48:39	154	55:18