



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Rolf Glockenmeier

Startnummer: 150

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

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44) B

Gesamt-Zeit: 3:17:24

Geschwindigkeit: 7,29 km/h  
Laufleistung: 7:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 400 (von 433)  
Strecken-Platzierung/Männer: 331 (von 351)  
Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 52(von 53)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:40:59

| 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                | 31:14      | 7:37         | 48         | 12:44        | 296          | 14:38          | 4,10      | 31:14         | 7:37          | 48         | 12:44        | 296          | 14:38          |  |  |
| Plessenburg    | 2,40                | 17:33      | 7:18         | 48         | 7:43         | 299          | 8:24           | 6,50      | 48:47         | 7:30          | 48         | 20:27        | 297          | 23:02          |  |  |
| Oehrenfeld     | 3,40                | 19:37      | 5:46         | 46         | 7:45         | 289          | 8:42           | 9,90      | 1:08:24       | 6:54          | 48         | 28:12        | 293          | 31:44          |  |  |
| Ilsestein      | 4,80                | 43:12      | 9:00         | 52         | 21:45        | 337          | 33:21          | 14,70     | 1:51:36       | 7:35          | 49         | 49:57        | 314          | 55:01          |  |  |
| Plessenburg    | 2,30                | 21:26      | 9:19         | 50         | 11:17        | 324          | 11:48          | 17,00     | 2:13:02       | 7:49          | 49         | 1:01:14      | 312          | 1:06:49        |  |  |
| Oehrenfeld     | 3,40                | 23:29      | 6:54         | 49         | 11:21        | 318          | 12:08          | 20,40     | 2:36:31       | 7:40          | 49         | 1:12:35      | 315          | 1:18:57        |  |  |
| Ilseburg/Markt | 4,50                | 40:53      | 9:05         | 53         | 23:50        | 338          | 24:07          | 24,90     | 3:17:24       | 7:55          | 52         | 1:36:25      | 331          | 1:43:04        |  |  |