



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		