



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Jens Frauendorf

Startnummer: 130

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

Kategorie:
Senioren M45 (45-49) B

Gesamt-Zeit: 2:27:50

Geschwindigkeit: 9,74 km/h
Laufleistung: 5:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 157 (von 433)
Strecken-Platzierung/Männer: 142 (von 351)
Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 18(von 43)
Bestzeit in der Kategorie: 1:51:51

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	27:39	6:44	25	8:09	196	11:03	4,10	27:39	6:44	25	8:09	196	11:03
Plessenburg	2,40	14:56	6:13	24	4:11	187	5:47	6,50	42:35	6:33	23	12:20	191	16:50
Oehrenfeld	3,40	17:28	5:08	28	5:04	208	6:33	9,90	1:00:03	6:03	24	17:24	196	23:23
Ilsestein	4,80	31:28	6:33	19	7:19	148	21:37	14,70	1:31:31	6:13	20	24:43	178	34:56
Plessenburg	2,30	15:28	6:43	13	3:42	124	5:50	17,00	1:46:59	6:17	20	28:25	168	40:46
Oehrenfeld	3,40	16:35	4:52	13	3:37	113	5:14	20,40	2:03:34	6:03	19	32:02	157	46:00
Ilseburg/Markt	4,50	24:16	5:23	13	3:57	97	7:30	24,90	2:27:50	5:56	18	35:59	142	53:30