



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Ronny Twupack

Startnummer: 459

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

Kategorie:
Senioren M45 (45-49) B

Gesamt-Zeit: 3:12:45

Geschwindigkeit: 7,47 km/h
Laufleistung: 7:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 386 (von 433)

Strecken-Platzierung/Männer: 318 (von 351)

Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 42(von 43)

Bestzeit in der Kategorie: 1:51:51

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	27:43	6:45	26	8:13	201	11:07	4,10	27:43	6:45	26	8:13	201	11:07
Plessenburg	2,40	16:10	6:44	31	5:25	246	7:01	6,50	43:53	6:45	29	13:38	215	18:08
Oehrenfeld	3,40	19:32	5:44	33	7:08	286	8:37	9,90	1:03:25	6:24	30	20:46	241	26:45
Ilsestein	4,80	35:24	7:22	31	11:15	244	25:33	14,70	1:38:49	6:43	31	32:01	239	42:14
Plessenburg	2,30	18:33	8:03	33	6:47	263	8:55	17,00	1:57:22	6:54	30	38:48	244	51:09
Oehrenfeld	3,40	21:32	6:20	37	8:34	292	10:11	20,40	2:18:54	6:48	32	47:22	255	1:01:20
Ilseburg/Markt	4,50	53:51	11:58	43	33:32	347	37:05	24,90	3:12:45	7:44	42	1:20:54	318	1:38:25