



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

René Holenburg

Startnummer: 200

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

Kategorie:
Senioren M50 (50-54) B

Gesamt-Zeit: 2:58:47

Geschwindigkeit: 8,05 km/h
Laufleistung: 7:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 335 (von 433)

Strecken-Platzierung/Männer: 282 (von 351)

Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 31(von 42)

Bestzeit in der Kategorie: 1:48:31

Kontrolle	Zwischenzeiten								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	30:52	7:31	31	11:17	291	14:16	4,10	30:52	7:31	31	11:17	291	14:16		
Plessenburg	2,40	17:12	7:10	31	6:45	291	8:03	6,50	48:04	7:23	31	18:02	288	22:19		
Oehrenfeld	3,40	17:54	5:15	24	6:13	233	6:59	9,90	1:05:58	6:39	28	24:15	276	29:18		
Ilsestein	4,80	38:58	8:07	32	15:09	291	29:07	14,70	1:44:56	7:08	31	39:24	288	48:21		
Plessenburg	2,30	19:53	8:38	31	8:27	288	10:15	17,00	2:04:49	7:20	30	47:51	284	58:36		
Oehrenfeld	3,40	20:22	5:59	31	7:33	272	9:01	20,40	2:25:11	7:07	30	55:24	282	1:07:37		
Ilseburg/Markt	4,50	33:36	7:28	33	14:52	296	16:50	24,90	2:58:47	7:10	31	1:10:16	282	1:24:27		