



**53. Brockenlauf**  
 Ilsenburg / 07.09.2024

**Detailauswertung**

**Rolf Zürn**

Verein: Ekosem-Agrar  
 Startnummer: 521

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

Kategorie:  
 Senioren M55 (55-59) B

**Gesamt-Zeit: 2:23:26**

Geschwindigkeit: 10,04 km/h  
 Laufleistung: 5:45 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 128 (von 433)  
 Strecken-Platzierung/Männer: 116 (von 351)  
 Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 13(von 49)  
 Bestzeit in der Kategorie: 1:58:23

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	25:29	6:12	17	4:42	122	8:53	4,10	25:29	6:12	17	4:42	122	8:53
Plessenburg	2,40	13:58	5:49	16	2:28	123	4:49	6,50	39:27	6:04	18	7:10	126	13:42
Oehrenfeld	3,40	16:18	4:47	16	3:02	142	5:23	9,90	55:45	5:37	16	10:02	123	19:05
Ilsestein	4,80	30:24	6:19	10	4:52	108	20:33	14,70	1:26:09	5:51	15	14:54	120	29:34
Plessenburg	2,30	15:08	6:34	10	2:42	104	5:30	17,00	1:41:17	5:57	13	17:36	113	35:04
Oehrenfeld	3,40	17:13	5:03	18	3:26	154	5:52	20,40	1:58:30	5:48	13	21:02	116	40:56
Ilsenburg/Markt	4,50	24:56	5:32	10	4:01	119	8:10	24,90	2:23:26	5:45	13	25:03	116	49:06