



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Rolf Deffner

Startnummer: 83

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

Kategorie:
Senioren M55 (55-59) B

Gesamt-Zeit: 2:55:15

Geschwindigkeit: 8,22 km/h
Laufleistung: 7:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 324 (von 433)
Strecken-Platzierung/Männer: 277 (von 351)
Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 39(von 49)
Bestzeit in der Kategorie: 1:58:23

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Ilsestein	4,10	29:08	7:06	35	8:21	249	12:32	4,10	29:08	7:06	35	8:21	249	12:32
Plessenburg	2,40	17:22	7:14	39	5:52	294	8:13	6,50	46:30	7:09	36	14:13	271	20:45
Oehrenfeld	3,40	19:50	5:49	43	6:34	300	8:55	9,90	1:06:20	6:42	38	20:37	284	29:40
Ilsestein	4,80	37:15	7:45	36	11:43	271	27:24	14,70	1:43:35	7:02	38	32:20	273	47:00
Plessenburg	2,30	17:57	7:48	30	5:31	246	8:19	17,00	2:01:32	7:08	38	37:51	270	55:19
Oehrenfeld	3,40	21:32	6:20	40	7:45	292	10:11	20,40	2:23:04	7:00	39	45:36	276	1:05:30
Ilseburg/Markt	4,50	32:11	7:09	40	11:16	279	15:25	24,90	2:55:15	7:02	39	56:52	277	1:20:55