



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Ralf Braumann

Startnummer: 56

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

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59) B

Gesamt-Zeit: 2:56:09

Geschwindigkeit: 8,17 km/h  
Laufleistung: 7:04 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 327 (von 433)  
Strecken-Platzierung/Männer: 278 (von 351)  
Bestzeit der Strecke: 1:34:20

Kategorie-Platzierung: 40(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	32:22	7:53	43	11:35	311	15:46	4,10	32:22	7:53	43	11:35	311	15:46
Plessenburg	2,40	17:58	7:29	43	6:28	310	8:49	6,50	50:20	7:44	44	18:03	314	24:35
Oehrenfeld	3,40	19:39	5:46	42	6:23	290	8:44	9,90	1:09:59	7:04	42	24:16	310	33:19
Ilsestein	4,80	37:34	7:49	37	12:02	274	27:43	14,70	1:47:33	7:18	41	36:18	298	50:58
Plessenburg	2,30	18:11	7:54	32	5:45	252	8:33	17,00	2:05:44	7:23	40	42:03	288	59:31
Oehrenfeld	3,40	19:50	5:49	33	6:03	247	8:29	20,40	2:25:34	7:08	40	48:06	283	1:08:00
Ilseburg/Markt	4,50	30:35	6:47	35	9:40	259	13:49	24,90	2:56:09	7:04	40	57:46	278	1:21:49