



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Nadja Koch

Startnummer: 547

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

Kategorie:
Seniorinnen W40 (40-44) B

Gesamt-Zeit: 1:58:42

Geschwindigkeit: 12,13 km/h
Laufleistung: 4:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 433)

Strecken-Platzierung/Frauen: 2 (von 82)

Bestzeit der Strecke: 1:53:56

Kategorie-Platzierung: 2(von 20)

Bestzeit in der Kategorie: 1:53:56

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Ilsestein	4,10	21:00	5:07	2	0:20	3	0:20	4,10	21:00	5:07	2	0:20	3	0:20
Plessenburg	2,40	11:32	4:48	2	0:13	2	0:13	6,50	32:32	5:00	2	0:33	2	0:33
Oehrenfeld	3,40	13:26	3:57	2	0:07	3	0:34	9,90	45:58	4:38	2	0:40	3	0:40
Ilsestein	4,80	25:11	5:14	2	0:58	2	0:58	14,70	1:11:09	4:50	2	1:38	2	1:38
Plessenburg	2,30	12:12	5:18	2	0:37	2	0:37	17,00	1:23:21	4:54	2	2:15	2	2:15
Oehrenfeld	3,40	14:16	4:11	2	0:54	4	0:54	20,40	1:37:37	4:47	2	3:09	2	3:09
Ilseburg/Markt	4,50	21:05	4:41	2	1:37	3	1:37	24,90	1:58:42	4:46	2	4:46	2	4:46