



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Detailauswertung

Ilona Heim

Startnummer: 179

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

Kategorie:  
Seniorinnen W55 (55-59) B

Gesamt-Zeit: 2:44:16

Geschwindigkeit: 8,77 km/h  
Laufleistung: 6:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 268 (von 433)

Strecken-Platzierung/Frauen: 34 (von 82)

Bestzeit der Strecke: 1:53:56

Kategorie-Platzierung: 2(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 2:12:44

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	31:35	7:42	8	8:27	52	10:55	4,10	31:35	7:42	8	8:27	52	10:55
Plessenburg	2,40	16:22	6:49	4	3:20	34	5:03	6,50	47:57	7:22	6	11:47	43	15:58
Oehrenfeld	3,40	17:41	5:12	3	2:31	30	4:49	9,90	1:05:38	6:37	4	14:18	39	20:20
Ilsestein	4,80	36:23	7:34	3	7:58	36	12:10	14,70	1:42:01	6:56	4	22:16	37	32:30
Plessenburg	2,30	16:55	7:21	2	2:01	22	5:20	17,00	1:58:56	6:59	4	24:17	36	37:50
Oehrenfeld	3,40	17:57	5:16	2	2:58	25	4:35	20,40	2:16:53	6:42	3	27:15	35	42:25
Ilseburg/Markt	4,50	27:23	6:05	3	4:17	30	7:55	24,90	2:44:16	6:35	2	31:32	34	50:20