



52. Brockenlauf
Ilseburg / 02.09.2023

evaluación detallada

Naja, Ahmad

Asociación: Clausthal-Zellerfeld
Dorsal: 549

recorrido: 26.20 km
26,2 km - Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 2:36:05

velocidad: 10.07 km/h
rendimiento en carrera: 5:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 177 (de 537)
posición en el recorrido/Men: 160 (de 440)
mejor tiempo del recorrido: 1:41:44

posición en la categoría: 23(de 47)
mejor tiempo en la categoría: 1:41:44

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Loddenke	3.30	17:32	5:18	15	5:20	90	5:20	3.30	17:32	5:18	15	5:20	90	5:20
Schlüsie	3.10	19:54	6:25	22	6:30	138	6:30	6.40	37:26	5:50	20	11:50	107	11:50
Hermannsklippe	2.60	16:00	6:09	10	4:06	62	4:06	9.00	53:26	5:56	14	15:56	86	15:56
Brocken	3.10	28:25	9:09	16	10:12	112	10:12	12.10	1:21:51	6:45	13	26:08	92	26:08
Eiserner Handwe	3.60	22:51	6:20	41	10:15	361	10:15	15.70	1:44:42	6:40	20	36:23	139	36:23
Schlüsie	4.10	21:05	5:08	38	9:08	327	9:08	19.80	2:05:47	6:21	25	45:31	173	45:31
Loddenke	3.10	15:21	4:57	29	5:17	224	5:17	22.90	2:21:08	6:09	25	50:48	175	50:48
Ilseburg/Markt	3.30	14:57	4:31	13	3:33	84	3:33	26.20	2:36:05	5:57	23	54:21	160	54:21