



52. Brockenlauf
Ilseburg / 02.09.2023

evaluación detallada

Praefke, Frank

Asociación: LTH-Essen
Dorsal: 324

recorrido: 26.20 km
26,2 km - Lauf

categoría:
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 2:54:24

velocidad: 8.94 km/h
rendimiento en carrera: 6:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 352 (de 537)
posición en el recorrido/Men: 305 (de 440)
mejor tiempo del recorrido: 1:41:44

posición en la categoría: 40(de 59)
mejor tiempo en la categoría: 2:13:09

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 | 21:23 | 6:28 | 47 | 5:56 | 327 | 9:11 | 3.30 | 21:23 | 6:28 | 47 | 5:56 | 327 | 9:11 |
| Schlüsie | 3.10 | 23:13 | 7:29 | 46 | 5:19 | 340 | 9:49 | 6.40 | 44:36 | 6:58 | 44 | 11:11 | 339 | 19:00 |
| Hermannsklippe | 2.60 | 20:54 | 8:02 | 40 | 5:24 | 331 | 9:00 | 9.00 | 1:05:30 | 7:16 | 44 | 15:51 | 340 | 28:00 |
| Brocken | 3.10 | 36:54 | 11:54 | 51 | 12:12 | 384 | 18:41 | 12.10 | 1:42:24 | 8:27 | 47 | 27:02 | 360 | 46:41 |
| Eiserner Handwe | 3.60 | 21:02 | 5:50 | 34 | 5:44 | 276 | 8:26 | 15.70 | 2:03:26 | 7:51 | 48 | 32:16 | 353 | 55:07 |
| Schlüsie | 4.10 | 19:33 | 4:46 | 33 | 4:13 | 259 | 7:36 | 19.80 | 2:22:59 | 7:13 | 44 | 36:29 | 336 | 1:02:43 |
| Loddenke | 3.10 | 15:10 | 4:53 | 30 | 2:45 | 209 | 5:06 | 22.90 | 2:38:09 | 6:54 | 41 | 39:14 | 324 | 1:07:49 |
| Ilseburg/Markt | 3.30 | 16:15 | 4:55 | 20 | 2:25 | 159 | 4:51 | 26.20 | 2:54:24 | 6:39 | 40 | 41:15 | 305 | 1:12:40 |