



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Tom Jahnke-Düfert

Dorsal: 615

recorrido: 10.10 km

10,1 km - Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34) I

tiempo total: 1:06:01

velocidad: 9.09 km/h

rendimiento en carrera: 6:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 91 (de 178)

posición en el recorrido/Men: 73 (de 117)

mejor tiempo del recorrido: 38:24

posición en la categoría: 11(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 40:03

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	Men				Men	Men	Men	
Ilsestein	4.10	29:32	7:12	11	11:37	67	11:53	4.10	29:32	7:12	11	11:37	67	11:53
control	0.90	7:19	8:07	10	2:54	72	4:13	5.00	36:51	7:22	11	14:25	69	33:45
Ilsestein	1.00	7:01	7:00	11	2:57	79	3:25	6.00	43:52	7:18	11	17:22	73	27:47
Ilseburg/Markt	4.10	22:09	5:24	10	8:36	76	9:18	10.10	1:06:01	6:32	11	25:58	73	27:37