



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

René Karow

Dorsal: 620

recorrido: 10.10 km

10,1 km - Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-44) I

tiempo total: 56:03

velocidad: 10.70 km/h

rendimiento en carrera: 5:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 39 (de 178)

posición en el recorrido/Men: 34 (de 117)

mejor tiempo del recorrido: 38:24

posición en la categoría: 2(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 50:55

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	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
Ilsestein	4.10	25:04	6:06	2	2:18	30	7:25	4.10	25:04	6:06	2	2:18	30	7:25
control	0.90	6:27	7:10	2	0:38	38	3:21	5.00	31:31	6:18	2	2:56	33	28:25
Ilsestein	1.00	5:39	5:39	3	0:33	34	2:03	6.00	37:10	6:11	2	3:29	33	21:05
Ilseburg/Markt	4.10	18:53	4:36	4	1:39	40	6:02	10.10	56:03	5:32	2	5:08	34	17:39