



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Steffen Just

Dorsal: 217

recorrido: 10.10 km

10,1 km - Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59) I

tiempo total: 57:10

velocidad: 10.50 km/h

rendimiento en carrera: 5:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 45 (de 178)

posición en el recorrido/Men: 39 (de 117)

mejor tiempo del recorrido: 38:24

posición en la categoría: 3(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 54:47

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 | 26:22 | 6:25 | 3 | 2:15 | 41 | 8:43 | 4.10 | 26:22 | 6:25 | 3 | 2:15 | 41 | 8:43 |
| control | 0.90 | 6:33 | 7:16 | 3 | 0:31 | 42 | 3:27 | 5.00 | 32:55 | 6:34 | 3 | 2:37 | 42 | 29:49 |
| Ilsestein | 1.00 | 5:53 | 5:53 | 5 | 0:21 | 45 | 2:17 | 6.00 | 38:48 | 6:27 | 3 | 2:42 | 43 | 22:43 |
| Ilseburg/Markt | 4.10 | 18:22 | 4:28 | 2 | 0:34 | 30 | 5:31 | 10.10 | 57:10 | 5:39 | 3 | 2:23 | 39 | 18:46 |