



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	Men	Men	Men				Men	Men	Men	
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