



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Jens Rodegast

Dorsal: 675

recorrido: 10.10 km
10,1 km - Lauf

categoría:
Senioren M55 (55-59) I

tiempo total: 1:02:44

velocidad: 9.56 km/h
rendimiento en carrera: 6:12 min/km

posición en el recorrido/Total: 78 (de 178)

posición en el recorrido/Men: 64 (de 117)

mejor tiempo del recorrido: 38:24

posición en la categoría: 8(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 | cat | cat | Men | Men | | | | km | tiempo | | |
| Ilsestein | 4.10 | 28:38 | 6:59 | 8 | 4:31 | 61 | 10:59 | 4.10 | 28:38 | 6:59 | 8 | 4:31 | 61 | 10:59 |
| control | 0.90 | 7:16 | 8:04 | 8 | 1:14 | 69 | 4:10 | 5.00 | 35:54 | 7:10 | 8 | 5:36 | 62 | 32:48 |
| Ilsestein | 1.00 | 6:02 | 6:01 | 7 | 0:30 | 53 | 2:26 | 6.00 | 41:56 | 6:59 | 8 | 5:50 | 61 | 25:51 |
| Ilseburg/Markt | 4.10 | 20:48 | 5:04 | 8 | 3:00 | 65 | 7:57 | 10.10 | 1:02:44 | 6:12 | 8 | 7:57 | 64 | 24:20 |