



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