



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Karen von der Heide

Dorsal: 706

recorrido: 10.10 km

10,1 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W50 (50-54) I

tiempo total: 1:36:55

velocidad: 6.19 km/h

rendimiento en carrera: 9:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 169 (de 178)

posición en el recorrido/Women: 57 (de 61)

mejor tiempo del recorrido: 47:20

posición en la categoría: 7(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 1:08:22

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	categoria	categoria	Women	Women				km	tiempo	min/km	categoria
Ilsestein	4.10	41:31	10:07	7	11:18	58	20:13	4.10	41:31	10:07	7	11:18	58	20:13
control	0.90	11:15	12:30	8	3:23	59	5:58	5.00	52:46	10:33	7	14:33	59	26:11
Ilsestein	1.00	11:41	11:41	8	4:37	59	6:59	6.00	1:04:27	10:44	8	18:47	60	33:10
Ilseburg/Markt	4.10	32:28	7:55	7	10:20	57	16:25	10.10	1:36:55	9:35	7	28:33	57	49:35