



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Nico Spierling

Dorsal: 416

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34) B

tiempo total: 2:05:23

velocidad: 11.48 km/h
rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 41 (de 433)
posición en el recorrido/Men: 37 (de 351)
mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 5(de 25)
mejor tiempo en la categoría: 1:34:20

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Ilsestein	4.10	21:42	5:17	6	5:06	40	5:06	4.10	21:42	5:17	6	5:06	40	5:06
Plessenburg	2.40	11:54	4:57	6	2:45	39	2:45	6.50	33:36	5:10	6	7:51	41	7:51
Oehrenfeld	3.40	14:17	4:12	8	3:22	56	3:22	9.90	47:53	4:50	6	11:13	41	11:13
Ilsestein	4.80	26:07	5:26	6	16:16	34	16:16	14.70	1:14:00	5:02	7	17:25	39	17:25
Plessenburg	2.30	13:39	5:56	6	4:01	54	4:01	17.00	1:27:39	5:09	6	21:26	40	21:26
Oehrenfeld	3.40	15:29	4:33	8	4:08	63	4:08	20.40	1:43:08	5:03	5	25:34	42	25:34
Ilseburg/Markt	4.50	22:15	4:56	6	5:29	41	5:29	24.90	2:05:23	5:02	5	31:03	37	31:03