



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Florian Jander

Dorsal: 210

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34) B

tiempo total: 2:21:00

velocidad: 10.21 km/h
rendimiento en carrera: 5:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 115 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 103 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 12(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 1:34:20

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición	retraso				
				posición	retraso	Men				posición	retraso	Men		
Ilsestein	4.10	24:47	6:02	10	8:11	100	8:11	4.10	24:47	6:02	10	8:11	100	8:11
Plessenburg	2.40	13:01	5:25	10	3:52	85	3:52	6.50	37:48	5:48	10	12:03	94	12:03
Oehrenfeld	3.40	16:01	4:42	12	5:06	126	5:06	9.90	53:49	5:26	11	17:09	99	17:09
Ilsestein	4.80	30:31	6:21	13	20:40	116	20:40	14.70	1:24:20	5:44	12	27:45	102	27:45
Plessenburg	2.30	14:46	6:25	11	5:08	90	5:08	17.00	1:39:06	5:49	11	32:53	99	32:53
Oehrenfeld	3.40	17:44	5:12	15	6:23	175	6:23	20.40	1:56:50	5:43	12	39:16	108	39:16
Ilseburg/Markt	4.50	24:10	5:22	12	7:24	94	7:24	24.90	2:21:00	5:39	12	46:40	103	46:40