



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Jan Drees

Dorsal: 95

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34) B

tiempo total: 2:28:58

velocidad: 9.67 km/h
rendimiento en carrera: 5:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 164 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 147 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 15(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 1:34:20

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total posición	retraso		retraso	
				cat	cat	Men	Men				cat	cat	Men	Men
Ilsestein	4.10	28:46	7:00	19	12:10	238	12:10	4.10	28:46	7:00	19	12:10	238	12:10
Plessenburg	2.40	14:41	6:07	14	5:32	172	5:32	6.50	43:27	6:41	15	17:42	208	17:42
Oehrenfeld	3.40	16:41	4:54	15	5:46	158	5:46	9.90	1:00:08	6:04	16	23:28	200	23:28
Ilsestein	4.80	31:26	6:32	16	21:35	146	21:35	14.70	1:31:34	6:13	17	34:59	180	34:59
Plessenburg	2.30	14:59	6:30	13	5:21	100	5:21	17.00	1:46:33	6:16	15	40:20	161	40:20
Oehrenfeld	3.40	17:09	5:02	13	5:48	149	5:48	20.40	2:03:42	6:03	15	46:08	159	46:08
Ilseburg/Markt	4.50	25:16	5:36	14	8:30	130	8:30	24.90	2:28:58	5:58	15	54:38	147	54:38