



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Dominik Lange

Dorsal: 265

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M30 (30-34) B

tiempo total: 2:44:26

velocidad: 8.76 km/h
rendimiento en carrera: 6:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 270 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 236 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 21(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	28:06	6:51	15	11:30	214	11:30	4.10	28:06	6:51	15	11:30	214	11:30
Plessenburg	2.40	15:49	6:35	20	6:40	232	6:40	6.50	43:55	6:45	16	18:10	218	18:10
Oehrenfeld	3.40	17:16	5:04	17	6:21	191	6:21	9.90	1:01:11	6:10	17	24:31	216	24:31
Ilsestein	4.80	36:25	7:35	23	26:34	262	26:34	14.70	1:37:36	6:38	21	41:01	230	41:01
Plessenburg	2.30	17:46	7:43	21	8:08	239	8:08	17.00	1:55:22	6:47	21	49:09	231	49:09
Oehrenfeld	3.40	18:52	5:32	18	7:31	216	7:31	20.40	2:14:14	6:34	21	56:40	233	56:40
Ilseburg/Markt	4.50	30:12	6:42	20	13:26	250	13:26	24.90	2:44:26	6:36	21	1:10:06	236	1:10:06