



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Rolf Herrling

tiempo total: 1:59:11

Dorsal: 191

velocidad: 12.08 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

recorrido: 24.90 km

posición en el recorrido/Total: 29 (de 433)

24,9 km - Lauf

posición en el recorrido/Men: 27 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

categoría:

posición en la categoría: 8(de 49)

Senioren M35 (35-39) B

mejor tiempo en la categoría: 1:42:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición	retraso			Total Men	Total Men
				posición	retraso	Men				posición	retraso	Men		
Ilsestein	4.10	20:42	5:02	9	3:20	29	4.10	20:42	5:02	9	3:20	29	4:06	
Plessenburg	2.40	12:31	5:12	11	2:42	57	6.50	33:13	5:06	9	6:02	33	7:28	
Oehrenfeld	3.40	14:07	4:09	12	2:48	48	9.90	47:20	4:46	10	8:45	37	10:40	
Ilsestein	4.80	25:27	5:18	8	4:26	28	14.70	1:12:47	4:57	10	13:11	34	16:12	
Plessenburg	2.30	12:53	5:36	8	2:40	35	17.00	1:25:40	5:02	8	15:15	30	19:27	
Oehrenfeld	3.40	13:50	4:04	7	1:52	24	20.40	1:39:30	4:52	8	17:07	29	21:56	
Ilseburg/Markt	4.50	19:41	4:22	5	1:25	10	24.90	1:59:11	4:47	8	16:59	27	24:51	