



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Tommy Berndt

Asociación: FSV Grün Weiß Ilseburg
Dorsal: 5

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M35 (35-39) B

tiempo total: 2:30:03

velocidad: 9.60 km/h
rendimiento en carrera: 6:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 176 (de 433)
posición en el recorrido/Men: 158 (de 351)
mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 27(de 49)
mejor tiempo en la categoría: 1:42:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa		etapa		retraso		retraso		Total		Total		Total		
	km	tiempo	min/km	posición categoría	posición categoría	Men	Men	km	tiempo	min/km	posición categoría	posición categoría	Men	Men	km	tiempo	min/km
Ilsestein	4.10	28:15	6:53	38	10:53	222	11:39	4.10	28:15	6:53	38	10:53	222	11:39	4.10	28:15	6:53
Plessenburg	2.40	14:16	5:56	23	4:27	146	5:07	6.50	42:31	6:32	32	15:20	189	16:46	6.50	42:31	6:32
Oehrenfeld	3.40	15:22	4:31	19	4:03	101	4:27	9.90	57:53	5:50	28	19:18	162	21:13	9.90	57:53	5:50
Ilsestein	4.80	30:42	6:23	22	9:41	122	20:51	14.70	1:28:35	6:01	25	28:59	148	32:00	14.70	1:28:35	6:01
Plessenburg	2.30	17:07	7:26	32	6:54	206	7:29	17.00	1:45:42	6:13	25	35:17	154	39:29	17.00	1:45:42	6:13
Oehrenfeld	3.40	16:55	4:58	24	4:57	130	5:34	20.40	2:02:37	6:00	24	40:14	148	45:03	20.40	2:02:37	6:00
Ilseburg/Markt	4.50	27:26	6:05	30	9:10	178	10:40	24.90	2:30:03	6:01	27	47:51	158	55:43	24.90	2:30:03	6:01