



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Matthias Heene

Dorsal: 176

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M35 (35-39) B

tiempo total: 2:44:09

velocidad: 8.77 km/h
rendimiento en carrera: 6:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 266 (de 433)
posición en el recorrido/Men: 234 (de 351)
mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

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

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men	Men					Men	Men	
Ilsestein	4.10	29:07	7:06	44	11:45	248	12:31	4.10	29:07	7:06	44	11:45	248	12:31
Plessenburg	2.40	16:56	7:03	45	7:07	281	7:47	6.50	46:03	7:05	44	18:52	265	20:18
Oehrenfeld	3.40	19:03	5:36	42	7:44	265	8:08	9.90	1:05:06	6:34	43	26:31	266	28:26
Ilsestein	4.80	36:03	7:30	42	15:02	255	26:12	14.70	1:41:09	6:52	44	41:33	262	44:34
Plessenburg	2.30	16:53	7:20	31	6:40	189	7:15	17.00	1:58:02	6:56	43	47:37	250	51:49
Oehrenfeld	3.40	17:43	5:12	29	5:45	174	6:22	20.40	2:15:45	6:39	42	53:22	236	58:11
Ilseburg/Markt	4.50	28:24	6:18	36	10:08	205	11:38	24.90	2:44:09	6:35	42	1:01:57	234	1:09:49