



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Benny Guthmann

Dorsal: 166

recorrido: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

categoría:  
Senioren M35 (35-39) B

tiempo total: 3:05:04

velocidad: 7.78 km/h  
rendimiento en carrera: 7:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 360 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 297 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 45(de 49)

mejor tiempo en la categoría: 1:42:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men	
Ilsestein	4.10	28:14	6:53	36	10:52	220	11:38	4.10	28:14	6:53	36	10:52	220	11:38
Plessenburg	2.40	17:31	7:17	46	7:42	297	8:22	6.50	45:45	7:02	43	18:34	258	20:00
Oehrenfeld	3.40	19:51	5:50	46	8:32	301	8:56	9.90	1:05:36	6:37	44	27:01	273	28:56
Ilsestein	4.80	39:47	8:17	46	18:46	303	29:56	14.70	1:45:23	7:10	46	45:47	291	48:48
Plessenburg	2.30	20:06	8:44	45	9:53	293	10:28	17.00	2:05:29	7:22	45	55:04	286	59:16
Oehrenfeld	3.40	21:46	6:24	45	9:48	298	10:25	20.40	2:27:15	7:13	45	1:04:52	286	1:09:41
Ilseburg/Markt	4.50	37:49	8:24	47	19:33	330	21:03	24.90	3:05:04	7:25	45	1:22:52	297	1:30:44