



53. Brockenlauf
 Ilsenburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Tom Macht

Dorsal: 285

recorrido: 24.90 km
 24,9 km - Lauf

categoría:
 Seniores M40 (40-44) B

tiempo total: 2:00:38

velocidad: 11.94 km/h
 rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 32 (de 433)
 posición en el recorrido/Men: 29 (de 351)
 mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 9(de 53)
 mejor tiempo en la categoría: 1:40:59

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		
Ilsenstein	4.10	22:39	5:31	13	4:09	56	6:03	4.10	22:39	5:31	13	4:09	56	6:03
Plessenburg	2.40	12:06	5:02	12	2:16	47	2:57	6.50	34:45	5:20	13	6:25	52	9:00
Oehrenfeld	3.40	14:37	4:17	14	2:45	70	3:42	9.90	49:22	4:59	12	9:10	55	12:42
Ilsenstein	4.80	24:52	5:10	6	3:25	21	15:01	14.70	1:14:14	5:02	11	12:35	41	17:39
Plessenburg	2.30	12:11	5:17	6	2:02	22	2:33	17.00	1:26:25	5:05	10	14:37	33	20:12
Oehrenfeld	3.40	13:43	4:02	6	1:35	20	2:22	20.40	1:40:08	4:54	10	16:12	31	22:34
Ilsenburg/Markt	4.50	20:30	4:33	5	3:27	20	3:44	24.90	2:00:38	4:50	9	19:39	29	26:18