



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Michel Ziep

tiempo total: 2:50:20

Dorsal: 514

velocidad: 8.45 km/h

rendimiento en carrera: 6:50 min/km

recorrido: 24.90 km

posición en el recorrido/Total: 301 (de 433)

24,9 km - Lauf

posición en el recorrido/Men: 261 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

categoría:

posición en la categoría: 43(de 53)

Senioren M40 (40-44) B

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 | posición categoría | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total posición min/km | posición categoría | retraso Men | retraso Men | |
| Ilsestein | 4.10 | 29:18 | 7:08 | 42 | 10:48 | 255 | 12:42 | 4.10 | 29:18 | 7:08 | 42 | 10:48 | 255 | 12:42 |
| Plessenburg | 2.40 | 16:27 | 6:51 | 45 | 6:37 | 262 | 7:18 | 6.50 | 45:45 | 7:02 | 43 | 17:25 | 258 | 20:00 |
| Oehrenfeld | 3.40 | 18:34 | 5:27 | 41 | 6:42 | 253 | 7:39 | 9.90 | 1:04:19 | 6:29 | 42 | 24:07 | 254 | 27:39 |
| Ilsestein | 4.80 | 36:18 | 7:33 | 43 | 14:51 | 261 | 26:27 | 14.70 | 1:40:37 | 6:50 | 43 | 38:58 | 257 | 44:02 |
| Plessenburg | 2.30 | 18:30 | 8:02 | 44 | 8:21 | 262 | 8:52 | 17.00 | 1:59:07 | 7:00 | 43 | 47:19 | 258 | 52:54 |
| Oehrenfeld | 3.40 | 20:52 | 6:08 | 43 | 8:44 | 281 | 9:31 | 20.40 | 2:19:59 | 6:51 | 43 | 56:03 | 262 | 1:02:25 |
| Ilseburg/Markt | 4.50 | 30:21 | 6:44 | 41 | 13:18 | 255 | 13:35 | 24.90 | 2:50:20 | 6:50 | 43 | 1:09:21 | 261 | 1:16:00 |