



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Rolf Glockenmeier

Dorsal: 150

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-44) B

tiempo total: 3:17:24

velocidad: 7.29 km/h
rendimiento en carrera: 7:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 400 (de 433)
posición en el recorrido/Men: 331 (de 351)
mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 52(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	posición categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men	
Ilsestein	4.10	31:14	7:37	48	12:44	296	14:38	4.10	31:14	7:37	48	12:44	296	14:38
Plessenburg	2.40	17:33	7:18	48	7:43	299	8:24	6.50	48:47	7:30	48	20:27	297	23:02
Oehrenfeld	3.40	19:37	5:46	46	7:45	289	8:42	9.90	1:08:24	6:54	48	28:12	293	31:44
Ilsestein	4.80	43:12	9:00	52	21:45	337	33:21	14.70	1:51:36	7:35	49	49:57	314	55:01
Plessenburg	2.30	21:26	9:19	50	11:17	324	11:48	17.00	2:13:02	7:49	49	1:01:14	312	1:06:49
Oehrenfeld	3.40	23:29	6:54	49	11:21	318	12:08	20.40	2:36:31	7:40	49	1:12:35	315	1:18:57
Ilseburg/Markt	4.50	40:53	9:05	53	23:50	338	24:07	24.90	3:17:24	7:55	52	1:36:25	331	1:43:04