



53. Brockenlauf  
 Ilsenburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Fabian Röder

Asociación: NSV Wernigerode  
 Dorsal: 356

recorrido: 24.90 km  
 24,9 km - Lauf

categoría:  
 Senioren M45 (45-49) B

tiempo total: 2:11:12

velocidad: 10.98 km/h  
 rendimiento en carrera: 5:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 68 (de 433)  
 posición en el recorrido/Men: 59 (de 351)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 7(de 43)  
 mejor tiempo en la categoría: 1:51:51

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Ilsenstein	4.10	22:33	5:30	7	3:03	55	5:57	4.10	22:33	5:30	7	3:03	55	5:57
Plessenburg	2.40	12:36	5:15	8	1:51	63	3:27	6.50	35:09	5:24	8	4:54	58	9:24
Oehrenfeld	3.40	14:00	4:07	5	1:36	43	3:05	9.90	49:09	4:57	6	6:30	54	12:29
Ilsenstein	4.80	29:03	6:03	9	4:54	80	19:12	14.70	1:18:12	5:19	7	11:24	60	21:37
Plessenburg	2.30	14:32	6:19	9	2:46	80	4:54	17.00	1:32:44	5:27	7	14:10	60	26:31
Oehrenfeld	3.40	14:44	4:19	4	1:46	42	3:23	20.40	1:47:28	5:16	7	15:56	56	29:54
Ilsenburg/Markt	4.50	23:44	5:16	9	3:25	84	6:58	24.90	2:11:12	5:16	7	19:21	59	36:52