



**53. Brockenlauf**  
 Ilsenburg / 07.09.2024

**evaluación detallada**

**Ricky Wadehn**

Asociación: Brockenlaufverein  
 Dorsal: 15

recorrido: 24.90 km  
 24,9 km - Lauf

categoría:  
 Senioren M45 (45-49) B

tiempo total: 2:13:15

velocidad: 10.81 km/h  
 rendimiento en carrera: 5:21 min/km

posición en el recorrido/Total: 78 (de 433)  
 posición en el recorrido/Men: 67 (de 351)  
 mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 9(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	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Ilsenstein	4.10	24:04	5:52	9	4:34	82	7:28	4.10	24:04	5:52	9	4:34	82	7:28
Plessenburg	2.40	12:07	5:02	6	1:22	48	2:58	6.50	36:11	5:33	9	5:56	67	10:26
Oehrenfeld	3.40	14:48	4:21	7	2:24	77	3:53	9.90	50:59	5:08	9	8:20	72	14:19
Ilsenstein	4.80	28:10	5:52	8	4:01	66	18:19	14.70	1:19:09	5:23	8	12:21	65	22:34
Plessenburg	2.30	14:22	6:14	8	2:36	74	4:44	17.00	1:33:31	5:30	8	14:57	64	27:18
Oehrenfeld	3.40	15:36	4:35	8	2:38	71	4:15	20.40	1:49:07	5:20	8	17:35	62	31:33
Ilsenburg/Markt	4.50	24:08	5:21	10	3:49	93	7:22	24.90	2:13:15	5:21	9	21:24	67	38:55