



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Alexander Samp

Dorsal: 362

recorrido: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

categoría:  
Senioren M45 (45-49) B

tiempo total: 2:44:42

velocidad: 8.74 km/h  
rendimiento en carrera: 6:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 273 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 238 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 28(de 43)

mejor tiempo en la categoría: 1:51:51

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso categoría	stage score		Total score							
					posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición	retraso Men	Men	
Ilsestein	4.10	29:34	7:12	33	10:04	262	12:58	4.10	29:34	7:12	33	10:04	262	12:58
Plessenburg	2.40	16:02	6:40	30	5:17	242	6:53	6.50	45:36	7:00	33	15:21	255	19:51
Oehrenfeld	3.40	19:56	5:51	36	7:32	305	9:01	9.90	1:05:32	6:37	34	22:53	272	28:52
Ilsestein	4.80	35:14	7:20	29	11:05	236	25:23	14.70	1:40:46	6:51	32	33:58	258	44:11
Plessenburg	2.30	17:54	7:46	31	6:08	244	8:16	17.00	1:58:40	6:58	32	40:06	253	52:27
Oehrenfeld	3.40	19:07	5:37	29	6:09	222	7:46	20.40	2:17:47	6:45	30	46:15	249	1:00:13
Ilseburg/Markt	4.50	26:55	5:58	25	6:36	167	10:09	24.90	2:44:42	6:36	28	52:51	238	1:10:22