



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Tim Nowatschin

Dorsal: 317

recorrido: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

categoría:  
Senioren M45 (45-49) B

tiempo total: 3:10:58

velocidad: 7.54 km/h  
rendimiento en carrera: 7:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 381 (de 433)  
posición en el recorrido/Men: 314 (de 351)  
mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 40(de 43)  
mejor tiempo en la categoría: 1:51:51

tiempos parciales

stage score

Total score

| control        | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | retraso |          |           | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | retraso |          |           | Total<br>Men | Total<br>Men |
|----------------|-------------|-----------------|------------------------|---------|----------|-----------|-------------|-----------------|-----------------|---------|----------|-----------|--------------|--------------|
|                |             |                 |                        | retraso | posición | categoría |             |                 |                 | retraso | posición | categoría |              |              |
| Ilsestein      | 4.10        | 31:23           | 7:39                   | 39      | 11:53    | 301       | 4.10        | 31:23           | 7:39            | 39      | 11:53    | 301       | 14:47        |              |
| Plessenburg    | 2.40        | 17:09           | 7:08                   | 39      | 6:24     | 288       | 6.50        | 48:32           | 7:28            | 38      | 18:17    | 294       | 22:47        |              |
| Oehrenfeld     | 3.40        | 21:56           | 6:27                   | 41      | 9:32     | 339       | 9.90        | 1:10:28         | 7:07            | 40      | 27:49    | 313       | 33:48        |              |
| Ilsestein      | 4.80        | 41:12           | 8:35                   | 41      | 17:03    | 318       | 14.70       | 1:51:40         | 7:35            | 40      | 44:52    | 315       | 55:05        |              |
| Plessenburg    | 2.30        | 20:35           | 8:56                   | 40      | 8:49     | 308       | 17.00       | 2:12:15         | 7:46            | 40      | 53:41    | 310       | 1:06:02      |              |
| Oehrenfeld     | 3.40        | 23:32           | 6:55                   | 41      | 10:34    | 320       | 20.40       | 2:35:47         | 7:38            | 41      | 1:04:15  | 314       | 1:18:13      |              |
| Ilseburg/Markt | 4.50        | 35:11           | 7:49                   | 41      | 14:52    | 310       | 24.90       | 3:10:58         | 7:40            | 40      | 1:19:07  | 314       | 1:36:38      |              |