



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Steffen Fischer

Dorsal: 120

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M45 (45-49) B

tiempo total: 3:50:20

velocidad: 6.25 km/h
rendimiento en carrera: 9:15 min/km

posición en el recorrido/Total: 425 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 345 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 43(de 43)

mejor tiempo en la categoría: 1:51:51

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Ilsestein	4.10	37:03	9:02	43	17:33	346	20:27	4.10	37:03	9:02	43	17:33	346	20:27
Plessenburg	2.40	21:18	8:52	43	10:33	350	12:09	6.50	58:21	8:58	43	28:06	347	32:36
Oehrenfeld	3.40	22:59	6:45	43	10:35	347	12:04	9.90	1:21:20	8:12	43	38:41	348	44:40
Ilsestein	4.80	48:48	10:09	43	24:39	349	38:57	14.70	2:10:08	8:51	43	1:03:20	348	1:13:33
Plessenburg	2.30	24:09	10:30	43	12:23	337	14:31	17.00	2:34:17	9:04	43	1:15:43	345	1:28:04
Oehrenfeld	3.40	28:52	8:29	43	15:54	341	17:31	20.40	3:03:09	8:58	43	1:31:37	345	1:45:35
Ilseburg/Markt	4.50	47:11	10:29	42	26:52	345	30:25	24.90	3:50:20	9:15	43	1:58:29	345	2:16:00