



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Jan-Friedrich Wulf

Dorsal: 502

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M50 (50-54) B

tiempo total: 3:07:41

velocidad: 7.67 km/h
rendimiento en carrera: 7:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 366 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 303 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 33(de 42)

mejor tiempo en la categoría: 1:48:31

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Ilsestein	4.10	31:17	7:37	34	11:42	299	14:41	4.10	31:17	7:37	34	11:42	299	14:41
Plessenburg	2.40	17:47	7:24	33	7:20	303	8:38	6.50	49:04	7:32	34	19:02	302	23:19
Oehrenfeld	3.40	20:02	5:53	34	8:21	306	9:07	9.90	1:09:06	6:58	34	27:23	303	32:26
Ilsestein	4.80	40:35	8:27	35	16:46	314	30:44	14.70	1:49:41	7:27	34	44:09	307	53:06
Plessenburg	2.30	20:50	9:03	34	9:24	311	11:12	17.00	2:10:31	7:40	35	53:33	306	1:04:18
Oehrenfeld	3.40	22:49	6:42	34	10:00	310	11:28	20.40	2:33:20	7:30	35	1:03:33	307	1:15:46
Ilseburg/Markt	4.50	34:21	7:38	34	15:37	305	17:35	24.90	3:07:41	7:32	33	1:19:10	303	1:33:21