



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Jens Hirschelmann

Dorsal: 10

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M55 (55-59) B

tiempo total: 2:39:18

velocidad: 9.04 km/h
rendimiento en carrera: 6:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 232 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 208 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 26(de 49)

mejor tiempo en la categoría: 1:58:23

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------|-----|---------|
| | | | | posición categoría | retraso Men | retraso Men | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición categoría | retraso Men | retraso Men | | |
| Ilsestein | 4.10 | 26:25 | 6:26 | 22 | 5:38 | 151 | 9:49 | 4.10 | 26:25 | 6:26 | 22 | 5:38 | 151 | 9:49 |
| Plessenburg | 2.40 | 14:10 | 5:54 | 18 | 2:40 | 137 | 5:01 | 6.50 | 40:35 | 6:14 | 21 | 8:18 | 144 | 14:50 |
| Oehrenfeld | 3.40 | 16:13 | 4:46 | 15 | 2:57 | 134 | 5:18 | 9.90 | 56:48 | 5:44 | 18 | 11:05 | 138 | 20:08 |
| Ilsestein | 4.80 | 33:42 | 7:01 | 24 | 8:10 | 203 | 23:51 | 14.70 | 1:30:30 | 6:09 | 21 | 19:15 | 166 | 33:55 |
| Plessenburg | 2.30 | 17:11 | 7:28 | 27 | 4:45 | 210 | 7:33 | 17.00 | 1:47:41 | 6:20 | 22 | 24:00 | 174 | 41:28 |
| Oehrenfeld | 3.40 | 19:34 | 5:45 | 32 | 5:47 | 238 | 8:13 | 20.40 | 2:07:15 | 6:14 | 23 | 29:47 | 192 | 49:41 |
| Ilseburg/Markt | 4.50 | 32:03 | 7:07 | 39 | 11:08 | 277 | 15:17 | 24.90 | 2:39:18 | 6:23 | 26 | 40:55 | 208 | 1:04:58 |