



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Frank Wernecke

Dorsal: 483

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M55 (55-59) B

tiempo total: 2:43:53

velocidad: 8.79 km/h
rendimiento en carrera: 6:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 264 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 232 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 31(de 49)

mejor tiempo en la categoría: 1:58:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	stage score			Total score							
				posición	retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	retraso	retraso		
			cat	cat	Men	Men				cat	cat	Men	Men	
Ilsestein	4.10	28:12	6:52	31	7:25	219	11:36	4.10	28:12	6:52	31	7:25	219	11:36
Plessenburg	2.40	15:35	6:29	26	4:05	222	6:26	6.50	43:47	6:44	27	11:30	213	18:02
Oehrenfeld	3.40	17:07	5:02	21	3:51	183	6:12	9.90	1:00:54	6:09	25	15:11	209	24:14
Ilsestein	4.80	36:01	7:30	35	10:29	254	26:10	14.70	1:36:55	6:35	28	25:40	227	40:20
Plessenburg	2.30	18:15	7:56	33	5:49	254	8:37	17.00	1:55:10	6:46	30	31:29	230	48:57
Oehrenfeld	3.40	18:17	5:22	24	4:30	202	6:56	20.40	2:13:27	6:32	29	35:59	225	55:53
Ilseburg/Markt	4.50	30:26	6:45	34	9:31	257	13:40	24.90	2:43:53	6:34	31	45:30	232	1:09:33