



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Holger Bittner

Dorsal: 421

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M60 (60-64) B

tiempo total: 2:20:00

velocidad: 10.29 km/h
rendimiento en carrera: 5:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 111 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 98 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 4(de 28)

mejor tiempo en la categoría: 2:05:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				km	tiempo		
Ilsestein	4.10	25:31	6:13	5	3:06	126	8:55	4.10	25:31	6:13	5	3:06	126	8:55
Plessenburg	2.40	13:41	5:42	4	1:41	108	4:32	6.50	39:12	6:01	4	4:46	117	13:27
Oehrenfeld	3.40	15:42	4:37	4	1:35	113	4:47	9.90	54:54	5:32	4	6:09	110	18:14
Ilsestein	4.80	30:32	6:21	6	4:16	118	20:41	14.70	1:25:26	5:48	4	10:06	108	28:51
Plessenburg	2.30	14:21	6:14	2	1:29	73	4:43	17.00	1:39:47	5:52	4	11:35	101	33:34
Oehrenfeld	3.40	16:50	4:57	6	2:11	126	5:29	20.40	1:56:37	5:42	4	13:46	104	39:03
Ilseburg/Markt	4.50	23:23	5:11	3	0:46	68	6:37	24.90	2:20:00	5:37	4	14:32	98	45:40