



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Steffen Thiem

Dorsal: 445

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M60 (60-64) B

tiempo total: 2:33:34

velocidad: 9.38 km/h
rendimiento en carrera: 6:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 197 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 177 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 10(de 28)

mejor tiempo en la categoría: 2:05:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
				Men	Men	Men					Men	Men		
Ilsestein	4.10	29:10	7:06	16	6:45	251	12:34	4.10	29:10	7:06	16	6:45	251	12:34
Plessenburg	2.40	15:02	6:15	12	3:02	195	5:53	6.50	44:12	6:48	15	9:46	232	18:27
Oehrenfeld	3.40	17:42	5:12	14	3:35	223	6:47	9.90	1:01:54	6:15	15	13:09	225	25:14
Ilsestein	4.80	32:13	6:42	9	5:57	171	22:22	14.70	1:34:07	6:24	13	18:47	204	37:32
Plessenburg	2.30	15:57	6:56	8	3:05	142	6:19	17.00	1:50:04	6:28	13	21:52	198	43:51
Oehrenfeld	3.40	17:50	5:14	11	3:11	183	6:29	20.40	2:07:54	6:16	12	25:03	196	50:20
Ilseburg/Markt	4.50	25:40	5:42	9	3:03	140	8:54	24.90	2:33:34	6:10	10	28:06	177	59:14