



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Ingo Hartkopf

Dorsal: 173

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M60 (60-64) B

tiempo total: 2:53:18

velocidad: 8.31 km/h
rendimiento en carrera: 6:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 318 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 272 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 20(de 28)

mejor tiempo en la categoría: 2:05:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso min/km	stage score			Total score						
					posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso		
					Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men	
Ilsestein	4.10	29:44	7:15	17	7:19	266	13:08	4.10	29:44	7:15	17	7:19	266	13:08
Plessenburg	2.40	15:40	6:31	16	3:40	227	6:31	6.50	45:24	6:59	17	10:58	251	19:39
Oehrenfeld	3.40	18:49	5:32	18	4:42	259	7:54	9.90	1:04:13	6:29	17	15:28	251	27:33
Ilsestein	4.80	36:36	7:37	19	10:20	264	26:45	14.70	1:40:49	6:51	17	25:29	260	44:14
Plessenburg	2.30	18:18	7:57	20	5:26	256	8:40	17.00	1:59:07	7:00	18	30:55	258	52:54
Oehrenfeld	3.40	21:40	6:22	22	7:01	297	10:19	20.40	2:20:47	6:54	20	37:56	267	1:03:13
Ilseburg/Markt	4.50	32:31	7:13	22	9:54	284	15:45	24.90	2:53:18	6:57	20	47:50	272	1:18:58