



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Alexander Fleck

Dorsal: 121

recorrido: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

categoría:  
Senioren M60 (60-64) B

tiempo total: 3:11:59

velocidad: 7.50 km/h  
rendimiento en carrera: 7:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 385 (de 433)  
posición en el recorrido/Men: 317 (de 351)  
mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 23(de 28)  
mejor tiempo en la categoría: 2:05:28

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición	retraso			Total posición	retraso	Men
				Men	Men	Men				Men	Men	Men			
Ilsestein	4.10	37:05	9:02	28	14:40	347	20:29	4.10	37:05	9:02	28	14:40	347	20:29	
Plessenburg	2.40	19:14	8:00	25	7:14	331	10:05	6.50	56:19	8:39	28	21:53	343	30:34	
Oehrenfeld	3.40	20:18	5:58	24	6:11	313	9:23	9.90	1:16:37	7:44	27	27:52	339	39:57	
Ilsestein	4.80	43:04	8:58	25	16:48	334	33:13	14.70	1:59:41	8:08	26	44:21	342	1:03:06	
Plessenburg	2.30	17:02	7:24	15	4:10	197	7:24	17.00	2:16:43	8:02	24	48:31	325	1:10:30	
Oehrenfeld	3.40	19:54	5:51	19	5:15	251	8:33	20.40	2:36:37	7:40	23	53:46	316	1:19:03	
Ilseburg/Markt	4.50	35:22	7:51	23	12:45	313	18:36	24.90	3:11:59	7:42	23	1:06:31	317	1:37:39	