



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Manfred Kramer

Dorsal: 246

recorrido: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

categoría:  
Senioren M60 (60-64) B

tiempo total: 3:14:31

velocidad: 7.40 km/h  
rendimiento en carrera: 7:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 390 (de 433)  
posición en el recorrido/Men: 321 (de 351)  
mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 24(de 28)  
mejor tiempo en la categoría: 2:05:28

tiempos parciales

stage score

Total score

| control        | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>posición | retraso  |         |     | Total |        |          |         |     |         |     |         |
|----------------|-------------|-----------------|-------------------|----------|---------|-----|-------|--------|----------|---------|-----|---------|-----|---------|
|                |             |                 |                   | posición | retraso | Men | km    | tiempo | posición | retraso | Men |         |     |         |
| Ilsestein      | 4.10        | 31:05           | 7:34              | 21       | 8:40    | 295 | 14:29 | 4.10   | 31:05    | 7:34    | 21  | 8:40    | 295 | 14:29   |
| Plessenburg    | 2.40        | 18:28           | 7:41              | 24       | 6:28    | 322 | 9:19  | 6.50   | 49:33    | 7:37    | 22  | 15:07   | 309 | 23:48   |
| Oehrenfeld     | 3.40        | 19:34           | 5:45              | 21       | 5:27    | 288 | 8:39  | 9.90   | 1:09:07  | 6:58    | 22  | 20:22   | 304 | 32:27   |
| Ilsestein      | 4.80        | 41:23           | 8:37              | 23       | 15:07   | 322 | 31:32 | 14.70  | 1:50:30  | 7:31    | 22  | 35:10   | 312 | 53:55   |
| Plessenburg    | 2.30        | 23:01           | 10:00             | 25       | 10:09   | 333 | 13:23 | 17.00  | 2:13:31  | 7:51    | 23  | 45:19   | 316 | 1:07:18 |
| Oehrenfeld     | 3.40        | 23:14           | 6:50              | 25       | 8:35    | 315 | 11:53 | 20.40  | 2:36:45  | 7:41    | 24  | 53:54   | 318 | 1:19:11 |
| Ilseburg/Markt | 4.50        | 37:46           | 8:23              | 26       | 15:09   | 329 | 21:00 | 24.90  | 3:14:31  | 7:48    | 24  | 1:09:03 | 321 | 1:40:11 |