



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Uwe Heinrich

Dorsal: 19

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M65 (65-69) B

tiempo total: 2:22:50

velocidad: 10.08 km/h
rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 125 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 113 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 3(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 2:08:44

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapaposició retraso				stage score		Total		Total posició retraso			
	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men		
Ilsestein	4.10	25:30	6:13	5	2:37	125	8:54	4.10	25:30	6:13	5	2:37	125	8:54
Plessenburg	2.40	13:49	5:45	4	1:40	114	4:40	6.50	39:19	6:02	5	4:17	120	13:34
Oehrenfeld	3.40	16:10	4:45	4	2:41	131	5:15	9.90	55:29	5:36	4	6:58	118	18:49
Ilsestein	4.80	30:45	6:24	4	3:24	126	20:54	14.70	1:26:14	5:51	4	10:22	122	29:39
Plessenburg	2.30	14:45	6:24	3	1:22	89	5:07	17.00	1:40:59	5:56	4	8:25	109	34:46
Oehrenfeld	3.40	16:18	4:47	3	2:11	105	4:57	20.40	1:57:17	5:44	4	10:36	110	39:43
Ilseburg/Markt	4.50	25:33	5:40	5	3:30	138	8:47	24.90	2:22:50	5:44	3	14:06	113	48:30