



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Bernd Thomas

Dorsal: 446

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Senioren M65 (65-69) B

tiempo total: 2:32:04

velocidad: 9.47 km/h
rendimiento en carrera: 6:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 188 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 169 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 7(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 2:08:44

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	stage score			Total score							
				posición	retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	retraso	retraso		
				Men	Men	Men								
Ilsestein	4.10	27:18	6:39	9	4:25	182	10:42	4.10	27:18	6:39	9	4:25	182	10:42
Plessenburg	2.40	14:53	6:12	9	2:44	183	5:44	6.50	42:11	6:29	9	7:09	183	16:26
Oehrenfeld	3.40	16:44	4:55	6	3:15	161	5:49	9.90	58:55	5:57	8	10:24	181	22:15
Ilsestein	4.80	32:45	6:49	8	5:24	181	22:54	14.70	1:31:40	6:14	8	15:48	184	35:05
Plessenburg	2.30	15:56	6:55	5	2:33	141	6:18	17.00	1:47:36	6:19	7	15:02	172	41:23
Oehrenfeld	3.40	17:38	5:11	8	3:31	171	6:17	20.40	2:05:14	6:08	7	18:33	168	47:40
Ilseburg/Markt	4.50	26:50	5:57	6	4:47	163	10:04	24.90	2:32:04	6:06	7	23:20	169	57:44