



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Hilde Biedermann

Dorsal: 45

recorrido: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

categoría:  
Seniorinnen W30 (30-34) B

tiempo total: 2:28:01

velocidad: 9.73 km/h  
rendimiento en carrera: 5:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 159 (de 433)  
posición en el recorrido/Women: 17 (de 82)  
mejor tiempo del recorrido: 1:53:56

posición en la categoría: 3(de 7)  
mejor tiempo en la categoría: 2:08:09

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Ilsestein	4.10	26:34	6:28	3	3:47	14	5:54	4.10	26:34	6:28	3	3:47	14	5:54
Plessenburg	2.40	13:41	5:42	3	1:08	13	2:22	6.50	40:15	6:11	3	4:55	14	8:16
Oehrenfeld	3.40	16:51	4:57	3	2:13	23	3:59	9.90	57:06	5:46	3	7:08	14	11:48
Ilsestein	4.80	30:46	6:24	3	3:47	13	6:33	14.70	1:27:52	5:58	3	10:55	14	18:21
Plessenburg	2.30	16:17	7:04	3	3:04	18	4:42	17.00	1:44:09	6:07	3	13:44	14	23:03
Oehrenfeld	3.40	17:56	5:16	3	3:05	24	4:34	20.40	2:02:05	5:59	3	16:24	15	27:37
Ilseburg/Markt	4.50	25:56	5:45	3	4:31	18	6:28	24.90	2:28:01	5:56	3	19:52	17	34:05