



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Frederike Hartmann

Dorsal: 528

recorrido: 24.90 km

24,9 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44) B

tiempo total: 2:32:35

velocidad: 9.44 km/h

rendimiento en carrera: 6:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 190 (de 433)

posición en el recorrido/Women: 20 (de 82)

mejor tiempo del recorrido: 1:53:56

posición en la categoría: 6(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 1:53:56

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	27:47	6:46	8	7:07	24	7:07	4.10	27:47	6:46	8	7:07	24	7:07
Plessenburg	2.40	14:23	5:59	5	3:04	15	3:04	6.50	42:10	6:29	5	10:11	16	10:11
Oehrenfeld	3.40	17:16	5:04	7	3:57	24	4:24	9.90	59:26	6:00	7	14:08	21	14:08
Ilsestein	4.80	32:06	6:41	5	7:53	18	7:53	14.70	1:31:32	6:13	6	22:01	19	22:01
Plessenburg	2.30	16:22	7:06	6	4:47	19	4:47	17.00	1:47:54	6:20	6	26:48	19	26:48
Oehrenfeld	3.40	17:49	5:14	7	4:27	23	4:27	20.40	2:05:43	6:09	6	31:15	20	31:15
Ilseburg/Markt	4.50	26:52	5:58	8	7:24	26	7:24	24.90	2:32:35	6:07	6	38:39	20	38:39