



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Ulrike Held

Dorsal: 181

recorrido: 24.90 km
24,9 km - Lauf

categoría:
Seniorinnen W65 (65-69) B

tiempo total: 2:41:54

velocidad: 8.89 km/h
rendimiento en carrera: 6:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 249 (de 433)
posición en el recorrido/Women: 28 (de 82)
mejor tiempo del recorrido: 1:53:56

posición en la categoría: 2(de 2)
mejor tiempo en la categoría: 2:37:44

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa				Total							
	km	tiempo	min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	km	tiempo	min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Ilsestein	4.10	29:12	7:07	2	1:04	33	8:32	4.10	29:12	7:07	2	1:04	33	8:32
Plessenburg	2.40	16:28	6:51	2	1:30	36	5:09	6.50	45:40	7:01	2	2:34	34	13:41
Oehrenfeld	3.40	17:35	5:10	1	-	28	4:43	9.90	1:03:15	6:23	2	0:52	32	17:57
Ilsestein	4.80	35:17	7:21	2	2:09	29	11:04	14.70	1:38:32	6:42	2	3:01	32	29:01
Plessenburg	2.30	17:27	7:35	2	1:34	32	5:52	17.00	1:55:59	6:49	2	4:35	30	34:53
Oehrenfeld	3.40	18:22	5:24	1	-	32	5:00	20.40	2:14:21	6:35	2	3:49	30	39:53
Ilseburg/Markt	4.50	27:33	6:07	2	0:21	31	8:05	24.90	2:41:54	6:30	2	4:10	28	47:58