



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Elena Sapow

Dorsal: 857

recorrido: 24.90 km  
24,9 km - Wanderung

categoría:  
Frauen

tiempo total: 5:37:55

velocidad: 4.26 km/h  
rendimiento en carrera: 13:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 62 (de 70)  
posición en el recorrido/Women: 40 (de 46)  
mejor tiempo del recorrido: 3:23:21

posición en la categoría: 40(de 46)  
mejor tiempo en la categoría: 3:23:21

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	59:43	14:33	41	23:52	41	23:52	4.10	59:43	14:33	41	23:52	41	23:52
Plessenburg	2.40	34:59	14:34	42	16:00	42	16:00	6.50	1:34:42	14:34	42	39:43	42	39:43
Oehrenfeld	3.40	45:53	13:29	41	21:18	41	21:18	9.90	2:20:35	14:12	40	59:53	40	59:53
Ilsestein	4.80	1:25:24	17:47	46	43:58	46	43:58	14.70	3:45:59	15:22	46	1:43:38	46	1:43:38
Plessenburg	2.30	34:29	14:59	39	15:28	39	15:28	17.00	4:20:28	15:19	44	1:59:06	44	1:59:06
Oehrenfeld	3.40	42:20	12:27	33	21:15	33	21:15	20.40	5:02:48	14:50	42	2:20:13	42	2:20:13
Ilseburg/Markt	4.50	35:07	7:48	2	0:32	2	0:32	24.90	5:37:55	13:34	40	2:14:34	40	2:14:34