



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Christopher Rüger

Association: Glindower Alpenläufer
Dossard: 677

Circuit: 10.10 km
10,1 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M30 (30-34) I

Temps total: 1:14:48

Vitesse: 8.02 km/h
Kilométrage: 7:24 min/km

Place par parcours/Total: 138 (de 178)
Place par parcours/Hommes: 100 (de 117)

Meilleur temps dans le parcours: 38:24

Place par catégorie: 13(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:03

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm
Ilsestein	4.10	34:20	8:22	13	16:25	101	16:41	4.10	34:20	8:22	13	16:25	101	16:41	4.10	34:20	8:22	13	16:25	101	16:41	13	16:25	101	16:41	13	16:25	101	16:41
Poste	0.90	8:26	9:22	13	4:01	96	5:20	5.00	42:46	8:33	13	20:20	102	39:40	5.00	42:46	8:33	13	20:20	102	39:40	13	20:20	102	39:40	13	20:20	102	39:40
Ilsestein	1.00	7:11	7:11	12	3:07	85	3:35	6.00	49:57	8:19	13	23:27	101	33:52	6.00	49:57	8:19	13	23:27	101	33:52	13	23:27	101	33:52	13	23:27	101	33:52
Ilseburg/Markt	4.10	24:51	6:03	13	11:18	98	12:00	10.10	1:14:48	7:24	13	34:45	100	36:24	10.10	1:14:48	7:24	13	34:45	100	36:24	13	34:45	100	36:24	13	34:45	100	36:24