



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Oliver Koch

Association: Läufer-Team Oker e.V.
Dossard: 629

Circuit: 10.10 km
10,1 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M40 (40-44) I

Temps total: 56:06

Vitesse: 10.70 km/h
Kilométrage: 5:33 min/km

Place par parcours/Total: 40 (de 178)
Place par parcours/Hommes: 35 (de 117)

Meilleur temps dans le parcours: 38:24

Place par catégorie: 3(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 50:55

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.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	catg.	Hommes	
Ilsestein	4.10	26:27	6:27	3	3:41	42	8:48	4.10	26:27	6:27	3	3:41	42	8:48	4.10	26:27	6:27	3	3:41	42	8:48	3	3:41	42	8:48	3	3:41	42	8:48
Poste	0.90	6:28	7:11	3	0:39	40	3:22	5.00	32:55	6:34	3	4:20	42	29:49	5.00	32:55	6:34	3	4:20	42	29:49	3	4:20	42	29:49	3	4:20	42	29:49
Ilsestein	1.00	5:30	5:30	2	0:24	27	1:54	6.00	38:25	6:24	3	4:44	41	22:20	6.00	38:25	6:24	3	4:44	41	22:20	3	4:44	41	22:20	3	4:44	41	22:20
Ilseburg/Markt	4.10	17:41	4:18	2	0:27	22	4:50	10.10	56:06	5:33	3	5:11	35	17:42	10.10	56:06	5:33	3	5:11	35	17:42	3	5:11	35	17:42	3	5:11	35	17:42