



**53. Brockenlauf**  
 Ilsenburg / 07.09.2024

**Exploitation détaillée**

**Sebastian Meißner**

Association: NSV Wernigerode  
 Dossard: 299

Circuit: 24.90 km  
 24,9 km - Lauf

Catégorie:  
 Seniores M40 (40-44) B

**Temps total: 1:40:59**

Vitesse: 14.26 km/h  
 Kilométrage: 4:03 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 433)  
 Place par parcours/Hommes: 3 (de 351)  
 Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 1(de 53)  
 Meilleur temps dans la catégorie: 1:40:59

**Temps intermédiaires**

**Résultats d'étape**

**Résultat total**

Poste	Etape		Résultats d'étape				Résultat total							
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Ilsestein	4.10	18:30	4:30	1	-	6	1:54	4.10	18:30	4:30	1	-	6	1:54
Plessenburg	2.40	9:50	4:05	1	-	3	0:41	6.50	28:20	4:21	1	-	6	2:35
Oehrenfeld	3.40	11:52	3:29	1	-	7	0:57	9.90	40:12	4:03	1	-	5	3:32
Ilsestein	4.80	21:27	4:28	1	-	5	11:36	14.70	1:01:39	4:11	1	-	4	5:04
Plessenburg	2.30	10:09	4:24	1	-	2	0:31	17.00	1:11:48	4:13	1	-	4	5:35
Oehrenfeld	3.40	12:08	3:34	1	-	5	0:47	20.40	1:23:56	4:06	1	-	4	6:22
Ilsenburg/Markt	4.50	17:03	3:47	1	-	2	0:17	24.90	1:40:59	4:03	1	-	3	6:39