



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Sebastian Mund

Dossard: 315

Circuit: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44) B

Temps total: 2:13:23

Vitesse: 10.80 km/h  
Kilométrage: 5:21 min/km

Place par parcours/Total: 80 (de 433)  
Place par parcours/Hommes: 69 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 14(de 53)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:40:59

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Ilsestein	4.10	23:49	5:48	18	5:19	74	7:13	4.10	23:49	5:48	18	5:19	74	7:13
Plessenburg	2.40	12:33	5:13	14	2:43	58	3:24	6.50	36:22	5:35	16	8:02	71	10:37
Oehrenfeld	3.40	14:06	4:08	12	2:14	47	3:11	9.90	50:28	5:05	15	10:16	64	13:48
Ilsestein	4.80	29:08	6:04	15	7:41	81	19:17	14.70	1:19:36	5:24	14	17:57	72	23:01
Plessenburg	2.30	14:38	6:21	18	4:29	81	5:00	17.00	1:34:14	5:32	14	22:26	71	28:01
Oehrenfeld	3.40	15:38	4:35	13	3:30	73	4:17	20.40	1:49:52	5:23	14	25:56	71	32:18
Ilseburg/Markt	4.50	23:31	5:13	15	6:28	75	6:45	24.90	2:13:23	5:21	14	32:24	69	39:03