



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Sebastian Lech

Dossard: 271

Circuit: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M40 (40-44) B

Temps total: 2:34:12

Vitesse: 9.34 km/h  
Kilométrage: 6:11 min/km

Place par parcours/Total: 204 (de 433)  
Place par parcours/Hommes: 184 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 35(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	25:12	6:08	21	6:42	111	8:36	4.10	25:12	6:08	21	6:42	111	8:36
Plessenburg	2.40	13:08	5:28	17	3:18	90	3:59	6.50	38:20	5:53	21	10:00	102	12:35
Oehrenfeld	3.40	15:35	4:35	21	3:43	109	4:40	9.90	53:55	5:26	21	13:43	101	17:15
Ilsestein	4.80	33:06	6:53	35	11:39	185	23:15	14.70	1:27:01	5:55	26	25:22	129	30:26
Plessenburg	2.30	18:50	8:11	45	8:41	271	9:12	17.00	1:45:51	6:13	30	34:03	156	39:38
Oehrenfeld	3.40	17:39	5:11	32	5:31	172	6:18	20.40	2:03:30	6:03	31	39:34	155	45:56
Ilseburg/Markt	4.50	30:42	6:49	42	13:39	262	13:56	24.90	2:34:12	6:11	35	53:13	184	59:52