



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Sebastian Thomas

Dossard: 448

Circuit: 24.90 km
24,9 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M45 (45-49) B

Temps total: 2:26:09

Vitesse: 9.85 km/h
Kilométrage: 5:52 min/km

Place par parcours/Total: 146 (de 433)
Place par parcours/Hommes: 134 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 16(de 43)
Meilleur temps dans la catégorie: 1:51:51

Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total						
Poste	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	24:32	5:59	11	5:02	95	7:56	4.10	24:32	5:59	11	5:02	95	7:56
Plessenburg	2.40	14:19	5:57	16	3:34	152	5:10	6.50	38:51	5:58	12	8:36	108	13:06
Oehrenfeld	3.40	15:30	4:33	12	3:06	107	4:35	9.90	54:21	5:29	11	11:42	105	17:41
Ilsestein	4.80	31:01	6:27	15	6:52	136	21:10	14.70	1:25:22	5:48	12	18:34	106	28:47
Plessenburg	2.30	16:32	7:11	23	4:46	170	6:54	17.00	1:41:54	5:59	13	23:20	115	35:41
Oehrenfeld	3.40	17:44	5:12	24	4:46	175	6:23	20.40	1:59:38	5:51	14	28:06	125	42:04
Ilseburg/Markt	4.50	26:31	5:53	21	6:12	158	9:45	24.90	2:26:09	5:52	16	34:18	134	51:49