



**53. Brockenlauf**  
 Ilsenburg / 07.09.2024

**Exploitation détaillée**

**Matthias Schwarze**

Association: Crazy Cool Runnings  
 Dossard: 400

Circuit: 24.90 km  
 24,9 km - Lauf

Catégorie:  
 Seniores M45 (45-49) B

**Temps total: 2:57:56**

Vitesse: 8.09 km/h  
 Kilométrage: 7:08 min/km

Place par parcours/Total: 331 (de 433)  
 Place par parcours/Hommes: 280 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 36(de 43)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:51:51

**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
Ilsenstein	4.10	30:38	7:28	35	11:08	286	14:02	4.10	30:38	7:28	35	11:08	286	14:02
Plessenburg	2.40	17:05	7:07	38	6:20	286	7:56	6.50	47:43	7:20	36	17:28	282	21:58
Oehrenfeld	3.40	18:14	5:21	32	5:50	245	7:19	9.90	1:05:57	6:39	35	23:18	275	29:17
Ilsenstein	4.80	39:53	8:18	39	15:44	306	30:02	14.70	1:45:50	7:11	38	39:02	292	49:15
Plessenburg	2.30	18:57	8:14	35	7:11	275	9:19	17.00	2:04:47	7:20	37	46:13	283	58:34
Oehrenfeld	3.40	20:22	5:59	35	7:24	272	9:01	20.40	2:25:09	7:06	37	53:37	281	1:07:35
Ilsenburg/Markt	4.50	32:47	7:17	37	12:28	287	16:01	24.90	2:57:56	7:08	36	1:06:05	280	1:23:36