



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Holger Paschke

Dossard: 324

Circuit: 24.90 km
24,9 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59) B

Temps total: 2:38:10

Vitesse: 9.10 km/h
Kilométrage: 6:21 min/km

Place par parcours/Total: 224 (de 433)
Place par parcours/Hommes: 201 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 24(de 49)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:58:23

Poste	Temps intermédiaires							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	26:20	6:25	21	5:33	147	9:44	4.10	26:20	6:25	21	5:33	147	9:44	
Plessenburg	2.40	14:23	5:59	19	2:53	155	5:14	6.50	40:43	6:15	22	8:26	147	14:58	
Oehrenfeld	3.40	17:30	5:08	27	4:14	213	6:35	9.90	58:13	5:52	22	12:30	173	21:33	
Ilsestein	4.80	32:35	6:47	20	7:03	175	22:44	14.70	1:30:48	6:10	22	19:33	171	34:13	
Plessenburg	2.30	16:10	7:01	17	3:44	156	6:32	17.00	1:46:58	6:17	21	23:17	167	40:45	
Oehrenfeld	3.40	19:14	5:39	28	5:27	229	7:53	20.40	2:06:12	6:11	21	28:44	180	48:38	
Ilseburg/Markt	4.50	31:58	7:06	38	11:03	276	15:12	24.90	2:38:10	6:21	24	39:47	201	1:03:50	