



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Jörn Folster

Dossard: 122

Circuit: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M55 (55-59) B

Temps total: 2:41:55

Vitesse: 8.89 km/h  
Kilométrage: 6:30 min/km

Place par parcours/Total: 250 (de 433)  
Place par parcours/Hommes: 222 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 29(de 49)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:58:23

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	27:25	6:41	26	6:38	187	10:49	4.10	27:25	6:41	26	6:38	187	10:49
Plessenburg	2.40	15:46	6:34	28	4:16	230	6:37	6.50	43:11	6:38	26	10:54	203	17:26
Oehrenfeld	3.40	19:13	5:39	39	5:57	274	8:18	9.90	1:02:24	6:18	30	16:41	232	25:44
Ilsestein	4.80	33:59	7:04	26	8:27	208	24:08	14.70	1:36:23	6:33	27	25:08	221	39:48
Plessenburg	2.30	16:50	7:19	25	4:24	185	7:12	17.00	1:53:13	6:39	25	29:32	213	47:00
Oehrenfeld	3.40	19:31	5:44	31	5:44	237	8:10	20.40	2:12:44	6:30	27	35:16	218	55:10
Ilseburg/Markt	4.50	29:11	6:29	30	8:16	222	12:25	24.90	2:41:55	6:30	29	43:32	222	1:07:35