



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Frank Wernecke

Dossard: 483

Circuit: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M55 (55-59) B

Temps total: 2:43:53

Vitesse: 8.79 km/h  
Kilométrage: 6:34 min/km

Place par parcours/Total: 264 (de 433)  
Place par parcours/Hommes: 232 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 31(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                 | 28:12       | 6:52         | 31                | 7:25         | 219        | 11:36       | 4.10           | 28:12       | 6:52         | 31          | 7:25         | 219        | 11:36       |
| Plessenburg    | 2.40                 | 15:35       | 6:29         | 26                | 4:05         | 222        | 6:26        | 6.50           | 43:47       | 6:44         | 27          | 11:30        | 213        | 18:02       |
| Oehrenfeld     | 3.40                 | 17:07       | 5:02         | 21                | 3:51         | 183        | 6:12        | 9.90           | 1:00:54     | 6:09         | 25          | 15:11        | 209        | 24:14       |
| Ilsestein      | 4.80                 | 36:01       | 7:30         | 35                | 10:29        | 254        | 26:10       | 14.70          | 1:36:55     | 6:35         | 28          | 25:40        | 227        | 40:20       |
| Plessenburg    | 2.30                 | 18:15       | 7:56         | 33                | 5:49         | 254        | 8:37        | 17.00          | 1:55:10     | 6:46         | 30          | 31:29        | 230        | 48:57       |
| Oehrenfeld     | 3.40                 | 18:17       | 5:22         | 24                | 4:30         | 202        | 6:56        | 20.40          | 2:13:27     | 6:32         | 29          | 35:59        | 225        | 55:53       |
| Ilseburg/Markt | 4.50                 | 30:26       | 6:45         | 34                | 9:31         | 257        | 13:40       | 24.90          | 2:43:53     | 6:34         | 31          | 45:30        | 232        | 1:09:33     |