



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Heiko Schimpf

Dossard: 372

Circuit: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M55 (55-59) B

Temps total: 2:52:16

Vitesse: 8.36 km/h  
Kilométrage: 6:55 min/km

Place par parcours/Total: 311 (de 433)  
Place par parcours/Hommes: 267 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 37(de 49)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:58:23

| Temps intermédiaires |          |             | Résultats d'étape |             |              |            | Résultat total |          |             |              |             |              |            |               |
|----------------------|----------|-------------|-------------------|-------------|--------------|------------|----------------|----------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------|---------------|
| Poste                | 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     | 26:54       | 6:33              | 23          | 6:07         | 166        | 10:18          | 4.10     | 26:54       | 6:33         | 23          | 6:07         | 166        | 10:18         |
| Plessenburg          | 2.40     | 16:01       | 6:40              | 30          | 4:31         | 241        | 6:52           | 6.50     | 42:55       | 6:36         | 24          | 10:38        | 198        | 17:10         |
| Oehrenfeld           | 3.40     | 18:02       | 5:18              | 29          | 4:46         | 238        | 7:07           | 9.90     | 1:00:57     | 6:09         | 26          | 15:14        | 210        | 24:17         |
| Ilsestein            | 4.80     | 38:08       | 7:56              | 39          | 12:36        | 280        | 28:17          | 14.70    | 1:39:05     | 6:44         | 32          | 27:50        | 245        | 42:30         |
| Plessenburg          | 2.30     | 19:45       | 8:35              | 41          | 7:19         | 287        | 10:07          | 17.00    | 1:58:50     | 6:59         | 34          | 35:09        | 255        | 52:37         |
| Oehrenfeld           | 3.40     | 21:14       | 6:14              | 39          | 7:27         | 287        | 9:53           | 20.40    | 2:20:04     | 6:51         | 35          | 42:36        | 263        | 1:02:30       |
| Ilseburg/Markt       | 4.50     | 32:12       | 7:09              | 41          | 11:17        | 280        | 15:26          | 24.90    | 2:52:16     | 6:55         | 37          | 53:53        | 267        | 1:17:56       |