



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Ralf Braumann

Dossard: 56

Circuit: 24.90 km
24,9 km - Lauf

Catégorie:
Senioren M55 (55-59) B

Temps total: 2:56:09

Vitesse: 8.17 km/h
Kilométrage: 7:04 min/km

Place par parcours/Total: 327 (de 433)
Place par parcours/Hommes: 278 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 40(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	32:22	7:53	43	11:35	311	15:46	4.10	32:22	7:53	43	11:35	311	15:46
Plessenburg	2.40	17:58	7:29	43	6:28	310	8:49	6.50	50:20	7:44	44	18:03	314	24:35
Oehrenfeld	3.40	19:39	5:46	42	6:23	290	8:44	9.90	1:09:59	7:04	42	24:16	310	33:19
Ilsestein	4.80	37:34	7:49	37	12:02	274	27:43	14.70	1:47:33	7:18	41	36:18	298	50:58
Plessenburg	2.30	18:11	7:54	32	5:45	252	8:33	17.00	2:05:44	7:23	40	42:03	288	59:31
Oehrenfeld	3.40	19:50	5:49	33	6:03	247	8:29	20.40	2:25:34	7:08	40	48:06	283	1:08:00
Ilseburg/Markt	4.50	30:35	6:47	35	9:40	259	13:49	24.90	2:56:09	7:04	40	57:46	278	1:21:49