



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Ulf Sternberg

Association: Harz-Gebirgslauf Wernigerode  
Dossard: 34

Circuit: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M60 (60-64) B

Temps total: 2:44:06

Vitesse: 8.78 km/h  
Kilométrage: 6:35 min/km

Place par parcours/Total: 265 (de 433)  
Place par parcours/Hommes: 233 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 16(de 28)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:05:28

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	29:50	7:16	18	7:25	268	13:14	4.10	29:50	7:16	18	7:25	268	13:14
Plessenburg	2.40	16:20	6:48	18	4:20	257	7:11	6.50	46:10	7:06	18	11:44	268	20:25
Oehrenfeld	3.40	19:16	5:40	19	5:09	277	8:21	9.90	1:05:26	6:36	19	16:41	269	28:46
Ilsestein	4.80	35:06	7:18	16	8:50	232	25:15	14.70	1:40:32	6:50	16	25:12	256	43:57
Plessenburg	2.30	17:11	7:28	16	4:19	210	7:33	17.00	1:57:43	6:55	16	29:31	247	51:30
Oehrenfeld	3.40	18:47	5:31	15	4:08	214	7:26	20.40	2:16:30	6:41	16	33:39	241	58:56
Ilseburg/Markt	4.50	27:36	6:08	13	4:59	183	10:50	24.90	2:44:06	6:35	16	38:38	233	1:09:46