



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Krystian Twyrdy

Dossard: 460

Circuit: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M60 (60-64) B

Temps total: 2:48:15

Vitesse: 8.56 km/h  
Kilométrage: 6:45 min/km

Place par parcours/Total: 291 (de 433)  
Place par parcours/Hommes: 253 (de 351)

Meilleur temps dans le parcours: 1:34:20

Place par catégorie: 17(de 28)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:05:28

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes
Ilsestein	4.10	32:21	7:53	23	9:56	310	15:45	4.10	32:21	7:53	23	9:56	310	15:45	4.10	32:21	7:53	23	9:56	310	15:45	4.10	32:21	7:53	23	9:56	310	15:45
Plessenburg	2.40	16:37	6:55	19	4:37	269	7:28	6.50	48:58	7:31	21	14:32	299	23:13	6.50	48:58	7:31	21	14:32	299	23:13	6.50	48:58	7:31	21	14:32	299	23:13
Oehrenfeld	3.40	19:49	5:49	23	5:42	297	8:54	9.90	1:08:47	6:56	21	20:02	296	32:07	9.90	1:08:47	6:56	21	20:02	296	32:07	9.90	1:08:47	6:56	21	20:02	296	32:07
Ilsestein	4.80	36:03	7:30	18	9:47	255	26:12	14.70	1:44:50	7:07	20	29:30	284	48:15	14.70	1:44:50	7:07	20	29:30	284	48:15	14.70	1:44:50	7:07	20	29:30	284	48:15
Plessenburg	2.30	16:57	7:22	13	4:05	192	7:19	17.00	2:01:47	7:09	20	33:35	275	55:34	17.00	2:01:47	7:09	20	33:35	275	55:34	17.00	2:01:47	7:09	20	33:35	275	55:34
Oehrenfeld	3.40	17:58	5:17	12	3:19	191	6:37	20.40	2:19:45	6:51	19	36:54	257	1:02:11	20.40	2:19:45	6:51	19	36:54	257	1:02:11	20.40	2:19:45	6:51	19	36:54	257	1:02:11
Ilseburg/Markt	4.50	28:30	6:19	14	5:53	209	11:44	24.90	2:48:15	6:45	17	42:47	253	1:13:55	24.90	2:48:15	6:45	17	42:47	253	1:13:55	24.90	2:48:15	6:45	17	42:47	253	1:13:55