



53. Brockenlauf  
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Nicole Risse

Dossard: 355

Circuit: 24.90 km  
24,9 km - Lauf

Catégorie:  
Seniorinnen W45 (45-49) B

Temps total: 2:40:42

Vitesse: 8.96 km/h  
Kilométrage: 6:27 min/km

Place par parcours/Total: 240 (de 433)  
Place par parcours/Femmes: 27 (de 82)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:53:56

Place par catégorie: 1(de 8)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:40:42

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard					
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Ilsestein	4.10	28:01	6:50	2	0:57	27	7:21	4.10	28:01	6:50	2	0:57	27	7:21	4.10	28:01	6:50	2	0:57	27	7:21	4.10	28:01	6:50	2	0:57	27	7:21
Plessenburg	2.40	15:29	6:27	1	-	24	4:10	6.50	43:30	6:41	2	0:41	25	11:31	6.50	43:30	6:41	2	0:41	25	11:31	6.50	43:30	6:41	2	0:41	25	11:31
Oehrenfeld	3.40	16:31	4:51	1	-	21	3:39	9.90	1:00:01	6:03	1	-	22	14:43	9.90	1:00:01	6:03	1	-	22	14:43	9.90	1:00:01	6:03	1	-	22	14:43
Ilsestein	4.80	35:15	7:20	2	1:44	28	11:02	14.70	1:35:16	6:28	1	-	24	25:45	14.70	1:35:16	6:28	1	-	24	25:45	14.70	1:35:16	6:28	1	-	24	25:45
Plessenburg	2.30	17:51	7:45	3	0:45	38	6:16	17.00	1:53:07	6:39	1	-	25	32:01	17.00	1:53:07	6:39	1	-	25	32:01	17.00	1:53:07	6:39	1	-	25	32:01
Oehrenfeld	3.40	18:26	5:25	2	0:11	33	5:04	20.40	2:11:33	6:26	1	-	24	37:05	20.40	2:11:33	6:26	1	-	24	37:05	20.40	2:11:33	6:26	1	-	24	37:05
Ilseburg/Markt	4.50	29:09	6:28	3	3:19	44	9:41	24.90	2:40:42	6:27	1	-	27	46:46	24.90	2:40:42	6:27	1	-	27	46:46	24.90	2:40:42	6:27	1	-	27	46:46