



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Exploitation détaillée

Sandra Grambart

Dossard: 156

Circuit: 24.90 km
24,9 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49) B

Temps total: 3:21:43

Vitesse: 7.14 km/h
Kilométrage: 8:06 min/km

Place par parcours/Total: 409 (de 433)
Place par parcours/Femmes: 73 (de 82)
Meilleur temps dans le parcours: 1:53:56

Place par catégorie: 7(de 8)
Meilleur temps dans la catégorie: 2:40:42

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 Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
Ilsestein	4.10	34:17	8:21	8	7:13	70	13:37	4.10	34:17	8:21	8	7:13	70	13:37
Plessenburg	2.40	19:12	8:00	7	3:43	70	7:53	6.50	53:29	8:13	8	10:40	72	21:30
Oehrenfeld	3.40	20:53	6:08	6	4:22	68	8:01	9.90	1:14:22	7:30	7	14:21	70	29:04
Ilsestein	4.80	44:09	9:11	7	10:38	73	19:56	14.70	1:58:31	8:03	7	23:15	73	49:00
Plessenburg	2.30	21:16	9:14	7	4:10	67	9:41	17.00	2:19:47	8:13	7	26:40	72	58:41
Oehrenfeld	3.40	24:03	7:04	7	5:48	71	10:41	20.40	2:43:50	8:01	7	32:17	73	1:09:22
Ilseburg/Markt	4.50	37:53	8:25	8	12:03	77	18:25	24.90	3:21:43	8:06	7	41:01	73	1:27:47