



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

Detalizēti rezultāti

Frank Röder

Numurs: 357

Posms: 24.90 km
24,9 km - Lauf

Grupa:

Senioren M45 (45-49) B

Kopējais laiks: 2:21:04

Ātrums: 10.21 km/h

Skrējiena izpildījums: 5:39 min/km

Vieta distancē/Kopā: 116 (no 433)

Vieta distancē/Vīrieši: 104 (no 351)

Distances labākais laiks: 1:34:20

Vieta grupā: 12(no 43)

Grupas labākais laiks: 1:51:51

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Ilsestein	4.10	25:19	6:10	13	5:49	115	8:43	4.10	25:19	6:10	13	5:49	115	8:43
Plessenburg	2.40	13:21	5:33	11	2:36	98	4:12	6.50	38:40	5:56	11	8:25	104	12:55
Oehrenfeld	3.40	15:46	4:38	14	3:22	120	4:51	9.90	54:26	5:29	12	11:47	106	17:46
Ilsestein	4.80	29:17	6:06	10	5:08	85	19:26	14.70	1:23:43	5:41	11	16:55	100	27:08
Plessenburg	2.30	15:06	6:33	11	3:20	101	5:28	17.00	1:38:49	5:48	11	20:15	98	32:36
Oehrenfeld	3.40	17:00	5:00	16	4:02	139	5:39	20.40	1:55:49	5:40	11	24:17	99	38:15
Ilseburg/Markt	4.50	25:15	5:36	19	4:56	129	8:29	24.90	2:21:04	5:39	12	29:13	104	46:44