



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Detailauswertung

Henze, Günter

Verein: SSV Elspe
Startnummer: 775

Strecke: 42,00 km
42 km Lauf

Kategorie:
Männer M60

Gesamt-Zeit: 4:00:55

Geschwindigkeit: 10,46 km/h
Laufleistung: 5:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 36)

Strecken-Platzierung/Männer: 4 (von 30)

Bestzeit der Strecke: 3:40:13

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 4:00:55

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Nasse Wiese	19,50	1:48:37	5:34	1	-	7	12:45	19,50	1:48:37	5:34	1	-	27	
Obersorpe	6,50	44:22	6:49	1	-	5	4:53	26,00	2:32:59	5:53	1	-	27	
Ziel	16,00	1:27:56	5:29	1	-	4	7:53	42,00	4:00:55	5:44	1	-	5	2:13:55