



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Detailauswertung

Hakenes, Christian

Verein: Tri Club Wuppertal

Startnummer: 787

Strecke: 42,00 km

42 km Lauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 4:08:54

Geschwindigkeit: 10,12 km/h

Laufleistung: 5:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 9 (von 36)

Strecken-Platzierung/Männer: 7 (von 30)

Bestzeit der Strecke: 3:40:13

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)

Bestzeit in der Kategorie: 4:08:54

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.
Nasse Wiese	19,50	1:50:45	5:40	1	-	11	14:53	19,50	1:50:45	5:40	1	-	24	
Obersorpe	6,50	45:38	7:01	1	-	8	6:09	26,00	2:36:23	6:00	1	-	24	
Ziel	16,00	1:32:31	5:46	1	-	5	12:28	42,00	4:08:54	5:55	1	-	8	2:21:54