



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Detailauswertung

von Heydebrand, Klaus

Verein: FC Remblinghausen

Startnummer: 764

Strecke: 42,00 km

42 km Lauf

Kategorie:

Männer M50

Gesamt-Zeit: 4:10:47

Geschwindigkeit: 10,05 km/h

Laufleistung: 5:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 36)

Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 30)

Bestzeit der Strecke: 3:40:13

Kategorie-Platzierung: 3(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 4:02:52

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	1:46:29	5:27	3	5:12	6	10:37	19,50	1:46:29	5:27	3	5:12	22	
Obersorpe	6,50	45:16	6:57	2	0:30	7	5:47	26,00	2:31:45	5:50	3	5:42	22	
Ziel	16,00	1:39:02	6:11	3	2:13	11	18:59	42,00	4:10:47	5:58	3	7:55	10	2:23:47