



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Detailauswertung

Ziese, Bernd

Verein: Münster
Startnummer: 791

Strecke: 42,00 km
42 km Lauf

Kategorie:
Männer M45

Gesamt-Zeit: 4:44:07

Geschwindigkeit: 8,87 km/h
Laufleistung: 6:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 17 (von 36)
Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 30)
Bestzeit der Strecke: 3:40:13

Kategorie-Platzierung: 3(von 7)
Bestzeit in der Kategorie: 3:48:13

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.
Nasse Wiese	19,50	2:08:26	6:35	4	23:58	17	32:34	19,50	2:08:26	6:35	3	23:58	17		
Obersorpe	6,50	50:48	7:48	3	10:44	14	11:19	26,00	2:59:14	6:53	3	34:42	17		
Ziel	16,00	1:44:53	6:33	4	21:12	14	24:50	42,00	4:44:07	6:45	3	55:54	15	2:57:07	