



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Detailauswertung

Potrafky, Heinz-Joachim

Verein: LT TuS Iserlohn

Startnummer: 630

Strecke: 101,00 km

101 km Lauf

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 9:25:04

Geschwindigkeit: 10,72 km/h

Laufleistung: 5:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 7 (von 59)

Strecken-Platzierung/Männer: 7 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 8:09:44

Kategorie-Platzierung: 1(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 9:25:04

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Nasse Wiese	19,50	1:39:40	5:06	2	0:30	6	10:58	19,50	1:39:40	5:06	1	-	33	
Kühude	20,50	1:44:23	5:05	1	-	6	11:19	40,00	3:24:03	5:06	1	-	33	
Rhein-Weser-Tur	17,00	1:34:08	5:32	1	-	6	13:06	57,00	4:58:11	5:13	1	-	33	
Kühude	17,00	1:39:27	5:51	1	-	8	11:38	74,00	6:37:38	5:22	1	-	33	
Nasse Wiese	20,50	2:11:57	6:26	1	-	6	20:54	94,50	8:49:35	5:36	1	-	33	
Ziel	6,50	35:29	5:27	2	0:23	10	7:25	101,00	9:25:04	5:35	1	-	7	1:15:20