



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Detailauswertung

Hartmann, Johannes

Verein: Iserlohn
Startnummer: 605

Strecke: 101,00 km
101 km Lauf

Kategorie:
Männer M40

Gesamt-Zeit: 12:47:00

Geschwindigkeit: 7,90 km/h
Laufleistung: 7:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 40 (von 59)

Strecken-Platzierung/Männer: 38 (von 52)

Bestzeit der Strecke: 8:09:44

Kategorie-Platzierung: 5(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 9:25:04

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Nasse Wiese	19,50	2:11:53	6:45	7	32:43	34	43:11	19,50	2:11:53	6:45	5	32:13	12	2:18
Kühude	20,50	2:19:57	6:49	5	35:34	38	46:53	40,00	4:31:50	6:47	5	1:07:47	12	
Rhein-Weser-Tur	17,00	2:06:14	7:25	4	32:06	37	45:12	57,00	6:38:04	6:59	5	1:39:53	12	
Kühude	17,00	2:16:41	8:02	5	37:14	40	48:52	74,00	8:54:45	7:13	5	2:17:07	12	
Nasse Wiese	20,50	3:01:22	8:50	4	49:25	40	1:10:19	94,50	11:56:07	7:34	5	3:06:32	12	
Ziel	6,50	50:53	7:49	8	15:47	51	22:49	101,00	12:47:00	7:35	5	3:21:56	38	4:37:16