



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

Detailauswertung

Herbst, Jan Martin

Verein: Bielefeld

Startnummer: 1814

Strecke: 101,00 km

101 km Lauf

Kategorie:

Senioren M30

Gesamt-Zeit: 11:01:33

Geschwindigkeit: 9,16 km/h

Laufleistung: 6:33 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 45)

Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 44)

Bestzeit der Strecke: 9:03:40

Kategorie-Platzierung: 2(von 4)

Bestzeit in der Kategorie: 9:03:40

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	1:58:12	6:03	2	14:11	11	15:54	19,50	1:58:12	6:03	2	14:11	35	
Kühude	20,50	2:02:54	5:59	2	21:25	13	21:25	40,00	4:01:06	6:01	2	35:36	35	
Rhein-Weser-Tur	17,00	1:44:13	6:07	2	23:14	8	23:14	57,00	5:45:19	6:03	2	58:50	35	
Kühude	17,00	2:07:06	7:28	2	40:18	19	40:18	74,00	7:52:25	6:23	2	1:39:08	32	
Nasse Wiese	20,50	2:30:04	7:19	2	11:23	10	26:42	94,50	10:22:29	6:35	2	1:50:31	32	
Ziel	6,50	39:04	6:00	2	7:22	14	8:58	101,00	11:01:33	6:32	2	1:57:53	11	1:57:53