Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

Detailauswertung

Lohrke, Ralf

Verein: Werne
Startnummer: 1858

Strecke: 101,00 km
101 km Lauf

Kategorie:
Senioren M45

Gesamt-Zeit: 11:43:32

Geschwindigkeit: 8,61 km/h
Laufleistung: 6:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 17 (von 45)
Strecken-Platzierung/Männer: 17 (von 44)
Bestzeit der Strecke: 9:03:40

Kategorie-Platzierung: 3(von 10)
Bestzeit in der Kategorie: 9:45:04

Zwischenzeiten

	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Nasse Wiese	19,50	1:55:19	5:54	2	13:01	8	13:01	19,50	1:55:19	5:54	4	13:01	41	
Kühude	20,50	2:02:11	5:57	3	16:48	12	20:42	40,00	3:57:30	5:56	4	29:49	41	
Rhein-Weser-Tur	17,00	1:53:32	6:40	3	15:18	17	32:33	57,00	5:51:02	6:09	4	45:07	41	
Kühude	17,00	2:03:42	7:16	3	15:54	17	36:54	74,00	7:54:44	6:24	3	1:01:01	38	
Nasse Wiese	20,50	2:54:25	8:30	5	41:57	21	51:03	94,50	10:49:09	6:52	3	1:37:08	38	
Ziel	6,50	54:23	8:22	7	21:20	35	24:17	101,00	11:43:32	6:57	3	1:58:28	17	2:39:52