



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch  
Bödefeld / 11.05.2013

Detailauswertung

Elskamp, Gregor

Verein: Central-Team DE  
Startnummer: 2776

Strecke: 42,00 km  
42 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M40

Gesamt-Zeit: 3:18:58

Geschwindigkeit: 12,67 km/h  
Laufleistung: 4:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 2 (von 56)  
Strecken-Platzierung/Männer: 2 (von 46)  
Bestzeit der Strecke: 3:09:35

Kategorie-Platzierung: 1(von 8)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:18:58

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split 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	1:33:00	4:46	2	0:04	5	52:29	19,50	1:33:00	4:46	1	-	25	52:29
Ziel	22,50	1:45:58	4:42	1	-	2	0:17	42,00	3:18:58	4:44	1	-	2	9:23