



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

Detailauswertung

Polet, Durk

Verein: Burgum  
Startnummer: 2767

Strecke: 42,00 km  
42 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M45

Gesamt-Zeit: 4:13:35

Geschwindigkeit: 9,94 km/h  
Laufleistung: 6:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 56)  
Strecken-Platzierung/Männer: 16 (von 46)  
Bestzeit der Strecke: 3:09:35

Kategorie-Platzierung: 4(von 7)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:09:35

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	1:53:36	5:49	4	29:42	19	1:13:05	19,50	1:53:36	5:49	4	29:42	39	1:13:05
Ziel	22,50	2:19:59	6:13	3	34:18	13	34:18	42,00	4:13:35	6:02	4	1:04:00	16	1:04:00