



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

Detailauswertung

Sprang, Holger

Verein: Aachen
Startnummer: 3013

Strecke: 67,00 km
67 km Lauf

Kategorie:
Senioren M45

Gesamt-Zeit: 6:50:16

Geschwindigkeit: 9,80 km/h
Laufleistung: 6:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 13 (von 46)

Strecken-Platzierung/Männer: 13 (von 37)

Bestzeit der Strecke: 5:06:44

Kategorie-Platzierung: 4(von 7)

Bestzeit in der Kategorie: 5:06:44

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	2:00:17	6:10	4	30:17	14	30:17	19,50	2:00:17	6:10	4	30:17	32	
Kühude	20,50	2:00:51	5:53	4	28:32	10	30:30	40,00	4:01:08	6:01	4	58:49	32	
Nasse Wiese	20,50	2:14:06	6:32	4	36:20	12	37:41	60,50	6:15:14	6:12	4	1:35:09	32	
Ziel	6,50	35:02	5:23	3	8:23	13	8:23	67,00	6:50:16	6:07	4	1:43:32	13	1:43:32