



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

Detailauswertung

Gruszka, Leszek

Gesamt-Zeit: 7:39:58

Startnummer: 3159

Geschwindigkeit: 8,74 km/h

Laufleistung: 6:52 min/km

Strecke: 67,00 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 46)

67 km Lauf

Strecken-Platzierung/Männer: 23 (von 37)

Bestzeit der Strecke: 5:06:44

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 5(von 11)

Senioren M40

Bestzeit in der Kategorie: 5:20:45

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	2:13:05	6:49	5	35:14	22	43:05	19,50	2:13:05	6:49	5	35:14	5	
Kühude	20,50	2:15:43	6:37	7	37:08	24	45:22	40,00	4:28:48	6:43	5	1:12:22	5	
Nasse Wiese	20,50	2:30:14	7:19	6	53:49	23	53:49	60,50	6:59:02	6:55	5	2:06:11	5	
Ziel	6,50	40:56	6:17	8	13:02	27	14:17	67,00	7:39:58	6:51	5	2:19:13	23	2:33:14