



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

Detailauswertung

Sprang, Sonja

Verein: Aachen
Startnummer: 3012

Strecke: 67,00 km
67 km Lauf

Kategorie:
Seniorinnen W40

Gesamt-Zeit: 7:46:26

Geschwindigkeit: 8,62 km/h
Laufleistung: 6:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 28 (von 46)

Strecken-Platzierung/Frauen: 4 (von 9)

Bestzeit der Strecke: 6:51:38

Kategorie-Platzierung: 1(von 1)

Bestzeit in der Kategorie: 7:46:26

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Nasse Wiese	19,50	2:12:20	6:47	1	-	2	4:45	19,50	2:12:20	6:47	1	-	4	4:45
Kühude	20,50	2:18:47	6:46	1	-	4	16:43	40,00	4:31:07	6:46	1	-	4	21:28
Nasse Wiese	20,50	2:33:35	7:29	1	-	5	24:09	60,50	7:04:42	7:01	1	-	4	45:37
Ziel	6,50	41:44	6:25	1	-	5	9:11	67,00	7:46:26	6:57	1	-	4	54:48