



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

Detailauswertung

Albrecht, Frank

Verein: Menden
Startnummer: 3144

Strecke: 67,00 km
67 km Lauf

Kategorie:
Senioren M50

Gesamt-Zeit: 8:21:29

Geschwindigkeit: 8,02 km/h
Laufleistung: 7:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 35 (von 46)

Strecken-Platzierung/Männer: 30 (von 37)

Bestzeit der Strecke: 5:06:44

Kategorie-Platzierung: 5(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 6:25:52

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	2:09:22	6:38	4	22:36	18	39:22	19,50	2:09:22	6:38	5	22:36	12	
Kühude	20,50	2:31:46	7:24	5	34:34	33	1:01:25	40,00	4:41:08	7:01	5	57:10	12	9:15
Nasse Wiese	20,50	2:57:56	8:40	6	1:16:22	34	1:21:31	60,50	7:39:04	7:35	5	1:44:25	12	25:20
Ziel	6,50	42:25	6:31	4	11:12	29	15:46	67,00	8:21:29	7:29	5	1:55:37	30	3:14:45