



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

Detailauswertung

bartkowski, markus

Verein: Herford  
Startnummer: 3026

Strecke: 101,00 km  
101 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M40

Gesamt-Zeit: 9:59:40

Geschwindigkeit: 10,11 km/h  
Laufleistung: 5:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 6 (von 79)  
Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 65)  
Bestzeit der Strecke: 8:58:12

Kategorie-Platzierung: 4(von 8)  
Bestzeit in der Kategorie: 8:58:12

| 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               | 1:53:22    | 5:48         | 5          | 14:37        | 7            | 14:37          | 19,50     | 1:53:22       | 5:48          | 4          | 14:37        | 38           |                |  |  |
| Kühude          | 20,50               | 1:53:06    | 5:31         | 4          | 8:43         | 5            | 8:43           | 40,00     | 3:46:28       | 5:39          | 4          | 23:20        | 38           |                |  |  |
| Rhein-Weser-Tur | 17,00               | 1:38:14    | 5:46         | 4          | 12:19        | 6            | 12:19          | 57,00     | 5:24:42       | 5:41          | 4          | 35:39        | 38           |                |  |  |
| Kühude          | 17,00               | 1:44:05    | 6:07         | 3          | 12:50        | 6            | 12:50          | 74,00     | 7:08:47       | 5:47          | 4          | 48:29        | 38           |                |  |  |
| Nasse Wiese     | 20,50               | 2:18:23    | 6:45         | 3          | 12:40        | 5            | 12:40          | 94,50     | 9:27:10       | 6:00          | 4          | 1:01:09      | 38           |                |  |  |
| Ziel            | 6,50                | 32:30      | 5:00         | 3          | 0:19         | 6            | 1:35           | 101,00    | 9:59:40       | 5:56          | 4          | 1:01:28      | 5            | 1:01:28        |  |  |