



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

Detailauswertung

Heuel, Markus

Verein: Kirchhundem  
Startnummer: 3049

Strecke: 101,00 km  
101 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M45

Gesamt-Zeit: 10:37:21

Geschwindigkeit: 9,51 km/h  
Laufleistung: 6:19 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 79)  
Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 65)  
Bestzeit der Strecke: 8:58:12

Kategorie-Platzierung: 3(von 18)  
Bestzeit in der Kategorie: 9:26:16

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	2:00:14	6:09	4	21:28	12	21:29	19,50	2:00:14	6:09	17		42	
Kühude	20,50	2:00:09	5:51	3	15:36	9	15:46	40,00	4:00:23	6:00	17		42	
Rhein-Weser-Tur	17,00	1:46:28	6:15	3	16:03	13	20:33	57,00	5:46:51	6:05	17		42	
Kühude	17,00	1:52:20	6:36	4	11:13	14	21:05	74,00	7:39:11	6:12	17		42	
Nasse Wiese	20,50	2:21:04	6:52	2	5:46	6	15:21	94,50	10:00:15	6:21	17		42	
Ziel	6,50	37:06	5:42	3	3:30	16	6:11	101,00	10:37:21	6:18	3	1:11:05	9	1:39:09