



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

Detailauswertung

Lech, Hardy

Verein: Coaching&Supervision Oberhausen  
Startnummer: 3064

Strecke: 101,00 km  
101 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M55

Gesamt-Zeit: 11:00:38

Geschwindigkeit: 9,17 km/h  
Laufleistung: 6:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 16 (von 79)  
Strecken-Platzierung/Männer: 14 (von 65)  
Bestzeit der Strecke: 8:58:12

Kategorie-Platzierung: 1(von 7)  
Bestzeit in der Kategorie: 11:00:38

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	2:12:12	6:46	3	2:54	30	33:27	19,50	2:12:12	6:46	1	-	47	5:40
Kühude	20,50	2:06:28	6:10	1	-	15	22:05	40,00	4:18:40	6:28	1	-	47	
Rhein-Weser-Tur	17,00	1:49:31	6:26	1	-	16	23:36	57,00	6:08:11	6:27	1	-	47	
Kühude	17,00	1:53:27	6:40	1	-	15	22:12	74,00	8:01:38	6:30	1	-	47	
Nasse Wiese	20,50	2:22:54	6:58	1	-	7	17:11	94,50	10:24:32	6:36	1	-	47	
Ziel	6,50	36:06	5:33	1	-	11	5:11	101,00	11:00:38	6:32	1	-	14	2:02:26