



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

Detailauswertung

Schmidt, Uwe

Verein: LT Hennef/Sieg
Startnummer: 3078

Strecke: 101,00 km
101 km Lauf

Kategorie:
Senioren M55

Gesamt-Zeit: 12:05:40

Geschwindigkeit: 8,35 km/h
Laufleistung: 7:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 33 (von 79)
Strecken-Platzierung/Männer: 28 (von 65)
Bestzeit der Strecke: 8:58:12

Kategorie-Platzierung: 2(von 7)
Bestzeit in der Kategorie: 11:00:38

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	2:09:18	6:37	1	-	22	30:33	19,50	2:09:18	6:37	2		61	2:46
Kühude	20,50	2:22:05	6:55	5	15:37	40	37:42	40,00	4:31:23	6:47	2	12:43	61	4:32
Rhein-Weser-Tur	17,00	2:00:09	7:04	4	10:38	33	34:14	57,00	6:31:32	6:52	2	23:21	61	
Kühude	17,00	2:07:03	7:28	3	13:36	31	35:48	74,00	8:38:35	7:00	2	36:57	61	
Nasse Wiese	20,50	2:49:09	8:15	4	26:15	26	43:26	94,50	11:27:44	7:16	2	1:03:12	61	
Ziel	6,50	37:56	5:50	2	1:50	18	7:01	101,00	12:05:40	7:11	2	1:05:02	28	3:07:28