



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

Detailauswertung

Paczkowski, Dirk

Verein: Marathon Soest e. V.  
Startnummer: 3073

Strecke: 101,00 km  
101 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M50

Gesamt-Zeit: 12:44:01

Geschwindigkeit: 7,93 km/h  
Laufleistung: 7:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 50 (von 79)  
Strecken-Platzierung/Männer: 40 (von 65)  
Bestzeit der Strecke: 8:58:12

Kategorie-Platzierung: 11(von 20)  
Bestzeit in der Kategorie: 10:50:13

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	2:20:38	7:12	11	27:31	40	41:53	19,50	2:20:38	7:12	1	-	11	14:06
Kühude	20,50	2:19:04	6:47	11	18:18	35	34:41	40,00	4:39:42	6:59	1	-	11	12:51
Rhein-Weser-Tur	17,00	1:59:45	7:02	11	14:04	32	33:50	57,00	6:39:27	7:00	1	-	11	5:17
Kühude	17,00	2:05:42	7:23	10	20:31	28	34:27	74,00	8:45:09	7:05	1	-	11	
Nasse Wiese	20,50	3:08:39	9:12	17	40:36	54	1:02:56	94,50	11:53:48	7:33	1	-	11	0:45
Ziel	6,50	50:13	7:43	19	19:18	52	19:18	101,00	12:44:01	7:33	11	1:53:48	40	3:45:49