



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

Detailauswertung

Neuhaus, Carsten

Verein: Langenhagen  
Startnummer: 3069

Strecke: 101,00 km  
101 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M45

Gesamt-Zeit: 13:00:47

Geschwindigkeit: 7,76 km/h  
Laufleistung: 7:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 55 (von 79)  
Strecken-Platzierung/Männer: 44 (von 65)  
Bestzeit der Strecke: 8:58:12

Kategorie-Platzierung: 12(von 18)  
Bestzeit in der Kategorie: 9:26:16

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	2:21:33	7:15	11	42:47	43	42:48	19,50	2:21:33	7:15	8	15:01	7	15:01
Kühude	20,50	2:26:41	7:09	13	42:08	51	42:18	40,00	4:48:14	7:12	8	21:23	7	21:23
Rhein-Weser-Tur	17,00	2:07:00	7:28	11	36:35	44	41:05	57,00	6:55:14	7:17	8	21:04	7	21:04
Kühude	17,00	2:15:15	7:57	13	34:08	41	44:00	74,00	9:10:29	7:26	8	21:36	7	21:36
Nasse Wiese	20,50	3:01:01	8:49	10	45:43	40	55:18	94,50	12:11:30	7:44	8	18:27	7	18:27
Ziel	6,50	49:17	7:34	11	15:41	51	18:22	101,00	13:00:47	7:43	12	3:34:31	44	4:02:35