



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

Detailauswertung

Grittner, Werner

Verein: LC Duisburg
Startnummer: 3041

Strecke: 101,00 km
101 km Lauf

Kategorie:
Senioren M50

Gesamt-Zeit: 13:03:29

Geschwindigkeit: 7,73 km/h
Laufleistung: 7:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 79)
Strecken-Platzierung/Männer: 47 (von 65)
Bestzeit der Strecke: 8:58:12

Kategorie-Platzierung: 14(von 20)
Bestzeit in der Kategorie: 10:50:13

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	2:25:03	7:26	17	31:56	54	46:18	19,50	2:25:03	7:26	7	4:25	3	18:31	
Kühude	20,50	2:25:17	7:05	15	24:31	47	40:54	40,00	4:50:20	7:15	7	10:38	3	23:29	
Rhein-Weser-Tur	17,00	2:05:45	7:23	15	20:04	43	39:50	57,00	6:56:05	7:17	7	16:38	3	21:55	
Kühude	17,00	2:20:56	8:17	14	35:45	48	49:41	74,00	9:17:01	7:31	7	31:52	3	28:08	
Nasse Wiese	20,50	3:01:10	8:50	13	33:07	43	55:27	94,50	12:18:11	7:48	7	24:23	3	25:08	
Ziel	6,50	45:18	6:58	12	14:23	38	14:23	101,00	13:03:29	7:45	14	2:13:16	47	4:05:17	