



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

Detailauswertung

Helle, Friedrich

Verein: Lage
Startnummer: 3047

Strecke: 101,00 km
101 km Lauf

Kategorie:
Senioren M45

Gesamt-Zeit: 13:20:56

Geschwindigkeit: 7,57 km/h
Laufleistung: 7:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 64 (von 79)
Strecken-Platzierung/Männer: 53 (von 65)
Bestzeit der Strecke: 8:58:12

Kategorie-Platzierung: 15(von 18)
Bestzeit in der Kategorie: 9:26:16

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	2:38:23	8:07	18	59:37	64	59:38	19,50	2:38:23	8:07	5	31:51	21	31:51
Kühude	20,50	2:31:00	7:21	16	46:27	57	46:37	40,00	5:09:23	7:44	5	42:32	21	42:32
Rhein-Weser-Tur	17,00	2:08:05	7:32	13	37:40	47	42:10	57,00	7:17:28	7:40	5	43:18	21	43:18
Kühude	17,00	2:14:22	7:54	11	33:15	39	43:07	74,00	9:31:50	7:43	5	42:57	21	42:57
Nasse Wiese	20,50	3:00:15	8:47	9	44:57	38	54:32	94,50	12:32:05	7:57	5	39:02	21	39:02
Ziel	6,50	48:51	7:30	10	15:15	50	17:56	101,00	13:20:56	7:55	15	3:54:40	53	4:22:44