



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch  
Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

Detailauswertung

Werbonat, Jens

Verein: DUV  
Startnummer: 241

Strecke: 101,00 km  
101 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M40

Gesamt-Zeit: 11:28:44

Geschwindigkeit: 8,80 km/h  
Laufleistung: 6:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 26 (von 98)  
Strecken-Platzierung/Männer: 19 (von 84)  
Bestzeit der Strecke: 8:25:02

Kategorie-Platzierung: 3(von 13)  
Bestzeit in der Kategorie: 8:45:02

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	2:01:32	6:13	6	19:17	21	32:07	19,50	2:01:32	6:13	3	19:17	45	
Kühude	20,50	2:07:56	6:14	6	22:37	20	32:17	40,00	4:09:28	6:14	3	41:54	45	
Rhein-Weser-Tur	17,00	1:55:31	6:47	5	31:34	27	42:46	57,00	6:04:59	6:24	3	1:13:28	45	
Kühude	17,00	1:58:43	6:59	3	31:32	16	31:32	74,00	8:03:42	6:32	3	1:45:00	45	
Nasse Wiese	20,50	2:46:48	8:08	5	48:45	26	51:49	94,50	10:50:30	6:53	3	2:33:45	43	
Ziel	6,50	38:14	5:52	3	9:57	19	9:57	101,00	11:28:44	6:49	3	2:43:42	19	3:03:42