



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

Detailauswertung

Schläger, Lars

Verein: Trail Team OWL  
Startnummer: 218

Strecke: 101,00 km  
101 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M30

Gesamt-Zeit: 12:02:20

Geschwindigkeit: 8,39 km/h  
Laufleistung: 7:09 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 36 (von 98)  
Strecken-Platzierung/Männer: 29 (von 84)  
Bestzeit der Strecke: 8:25:02

Kategorie-Platzierung: 3(von 6)  
Bestzeit in der Kategorie: 8:54:49

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	2:11:36	6:44	4	31:59	33	42:11	19,50	2:11:36	6:44	3	31:59	78	
Kühude	20,50	2:19:24	6:48	4	20:47	35	43:45	40,00	4:31:00	6:46	3	52:46	77	
Rhein-Weser-Tur	17,00	2:00:25	7:05	3	47:40	31	47:40	57,00	6:31:25	6:52	3	1:40:26	77	
Kühude	17,00	2:09:36	7:37	3	39:57	28	42:25	74,00	8:41:01	7:02	3	2:20:23	78	
Nasse Wiese	20,50	2:43:51	7:59	3	40:37	21	48:52	94,50	11:24:52	7:14	3	3:01:00	74	
Ziel	6,50	37:28	5:45	2	6:31	10	9:11	101,00	12:02:20	7:09	3	3:07:31	29	3:37:18