



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

Detailauswertung

Rave, Heini

Verein: Ava 70
Startnummer: 212

Strecke: 101,00 km
101 km Lauf

Kategorie:
Senioren M40

Gesamt-Zeit: 13:11:04

Geschwindigkeit: 7,66 km/h
Laufleistung: 7:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 54 (von 98)
Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 84)
Bestzeit der Strecke: 8:25:02

Kategorie-Platzierung: 9(von 13)
Bestzeit in der Kategorie: 8:45:02

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Nasse Wiese	19,50	2:29:33	7:40	13	47:18	73	1:00:08	19,50	2:29:33	7:40	9	47:18	33	
Kühude	20,50	2:29:37	7:17	11	44:18	52	53:58	40,00	4:59:10	7:28	9	1:31:36	21	
Rhein-Weser-Tur	17,00	2:17:49	8:06	10	53:52	62	1:05:04	57,00	7:16:59	7:39	9	2:25:28	21	
Kühude	17,00	2:22:17	8:22	9	55:06	48	55:06	74,00	9:39:16	7:49	9	3:20:34	33	
Nasse Wiese	20,50	2:48:00	8:11	6	49:57	30	53:01	94,50	12:27:16	7:54	9	4:10:31	20	
Ziel	6,50	43:48	6:44	6	15:31	34	15:31	101,00	13:11:04	7:49	9	4:26:02	43	4:46:02