



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

Detailauswertung

Dumke, Holger

Verein: BSG WAZ Medien

Startnummer: 158

Strecke: 101,00 km

101 km Lauf

Kategorie:

Senioren M40

Gesamt-Zeit: 14:06:14

Geschwindigkeit: 7,16 km/h

Laufleistung: 8:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 80 (von 98)

Strecken-Platzierung/Männer: 67 (von 84)

Bestzeit der Strecke: 8:25:02

Kategorie-Platzierung: 12(von 13)

Bestzeit in der Kategorie: 8:45:02

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	2:16:30	7:00	9	34:15	40	47:05	19,50	2:16:30	7:00	13	34:15	38	
Kühude	20,50	2:26:54	7:09	10	41:35	48	51:15	40,00	4:43:24	7:05	13	1:15:50	38	
Rhein-Weser-Tur	17,00	2:22:04	8:21	12	58:07	70	1:09:19	57,00	7:05:28	7:27	13	2:13:57	38	
Kühude	17,00	2:37:17	9:15	11	1:10:06	70	1:10:06	74,00	9:42:45	7:52	13	3:24:03	38	2:55
Nasse Wiese	20,50	3:28:46	10:11	12	1:30:43	79	1:33:47	94,50	13:11:31	8:22	12	4:54:46	37	33:45
Ziel	6,50	54:43	8:25	11	26:26	67	26:26	101,00	14:06:14	8:22	12	5:21:12	67	5:41:12