



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

Detailauswertung

Duinkerken, Ronnie

Verein: ITC Team Netherlands

Startnummer: 285

Strecke: 67,00 km

67 km Lauf

Kategorie:

Senioren M40

Gesamt-Zeit: 5:14:17

Geschwindigkeit: 12,79 km/h

Laufleistung: 4:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 5 (von 80)

Strecken-Platzierung/Männer: 5 (von 60)

Bestzeit der Strecke: 4:42:05

Kategorie-Platzierung: 2(von 10)

Bestzeit in der Kategorie: 4:48:50

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.
Nasse Wiese	19,50	1:32:25	4:44	2	7:37	7	9:37	19,50	1:32:25	4:44	2	7:37	35		
Kühude	20,50	1:35:08	4:38	2	8:25	7	9:03	40,00	3:07:33	4:41	2	16:02	35		
Nasse Wiese	20,50	1:39:44	4:51	2	7:45	7	12:46	60,50	4:47:17	4:44	2	23:47	34		
Ziel	6,50	27:00	4:09	2	1:40	8	2:47	67,00	5:14:17	4:41	2	25:27	5	32:12	