



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

Detailauswertung

Vandebeek, Patrick

Verein: ITC Team Belgium
Startnummer: 345

Strecke: 67,00 km
67 km Lauf

Kategorie:
Senioren M40

Gesamt-Zeit: 5:30:40

Geschwindigkeit: 12,16 km/h
Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 80)
Strecken-Platzierung/Männer: 12 (von 60)
Bestzeit der Strecke: 4:42:05

Kategorie-Platzierung: 3(von 10)
Bestzeit in der Kategorie: 4:48:50

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	1:34:03	4:49	3	9:15	11	11:15	19,50	1:34:03	4:49	3	9:15	42	
Kühude	20,50	1:38:03	4:46	3	11:20	11	11:58	40,00	3:12:06	4:48	3	20:35	42	
Nasse Wiese	20,50	1:50:15	5:22	4	18:16	14	23:17	60,50	5:02:21	4:59	3	38:51	41	
Ziel	6,50	28:19	4:21	3	2:59	11	4:06	67,00	5:30:40	4:56	3	41:50	12	48:35