



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

Detailauswertung

Hermann, Carsten

Verein: :anlauf
Startnummer: 294

Strecke: 67,00 km
67 km Lauf

Kategorie:
Senioren M45

Gesamt-Zeit: 6:24:01

Geschwindigkeit: 10,47 km/h
Laufleistung: 5:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 23 (von 80)
Strecken-Platzierung/Männer: 19 (von 60)
Bestzeit der Strecke: 4:42:05

Kategorie-Platzierung: 5(von 14)
Bestzeit in der Kategorie: 4:57:18

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	1:48:36	5:34	7	23:01	23	25:48	19,50	1:48:36	5:34	5	23:01	49	
Kühude	20,50	1:48:20	5:17	5	21:06	19	22:15	40,00	3:36:56	5:25	5	42:39	49	
Nasse Wiese	20,50	2:15:45	6:37	9	39:01	26	48:47	60,50	5:52:41	5:49	5	1:21:40	48	
Ziel	6,50	31:20	4:49	4	5:03	16	7:07	67,00	6:24:01	5:43	5	1:26:43	19	1:41:56