



# 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

## Detailauswertung

**Bonfils, Soren**

Verein: GIF

Startnummer: 489

Strecke: 42,00 km

42 km Lauf

Kategorie:

Senioren M40

**Gesamt-Zeit: 4:10:21**

Geschwindigkeit: 10,07 km/h

Laufleistung: 5:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 67)

Strecken-Platzierung/Männer: 12 (von 55)

Bestzeit der Strecke: 3:03:07

Kategorie-Platzierung: 5(von 12)

Bestzeit in der Kategorie: 3:34:18

### 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.	Männer	Männer
Nasse Wiese	19,50	1:50:56	5:41	4	12:16	11	29:09	19,50	1:50:56	5:41	5	12:16	40	
Obersorpe	8,00	45:08	5:38	4	6:33	12	11:14	27,50	2:36:04	5:40	5	18:49	40	
Ziel	14,50	1:34:17	6:30	5	17:14	14	26:51	42,00	4:10:21	5:57	5	36:03	12	1:07:14