



# 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

## Detailauswertung

**Rose, Norbert**

Verein: Lauffreunde Gremmendorf  
Startnummer: 518

Strecke: 42,00 km  
42 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M45

**Gesamt-Zeit: 4:32:02**

Geschwindigkeit: 9,26 km/h  
Laufleistung: 6:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 21 (von 67)  
Strecken-Platzierung/Männer: 20 (von 55)  
Bestzeit der Strecke: 3:03:07

Kategorie-Platzierung: 3(von 6)  
Bestzeit in der Kategorie: 3:17:56

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Nasse Wiese	19,50	1:58:46	6:05	3	32:10	17	36:59	19,50	1:58:46	6:05	3	32:10	17	36:59
Obersorpe	8,00	50:24	6:17	4	13:38	30	16:30	27,50	2:49:10	6:09	3	45:48	30	16:30
Ziel	14,50	1:42:52	7:05	3	28:18	20	35:26	42,00	4:32:02	6:28	3	1:14:06	20	1:28:55