



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

Detailauswertung

Wolkowski, Karl-Heinz

Verein: Tura Remscheid-Süd
 Startnummer: 610

Strecke: 42,00 km
 42 km Lauf

Kategorie:
 Senioren M60

Gesamt-Zeit: 4:46:07

Geschwindigkeit: 8,81 km/h
 Laufleistung: 6:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 35 (von 67)
 Strecken-Platzierung/Männer: 32 (von 55)
 Bestzeit der Strecke: 3:03:07

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)
 Bestzeit in der Kategorie: 4:42:47

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	2:05:15	6:25	1	-	28	43:28	19,50	2:05:15	6:25	2		5	
Obersorpe	8,00	50:46	6:20	2	1:34	32	16:52	27,50	2:56:01	6:24	2		5	
Ziel	14,50	1:50:06	7:35	2	3:57	31	42:40	42,00	4:46:07	6:48	2	3:20	32	1:43:00