



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

Detailauswertung

Seelig, Helmut

Verein: Solinger LC
 Startnummer: 522

Strecke: 42,00 km
 42 km Lauf

Kategorie:
 Senioren M55

Gesamt-Zeit: 4:57:32

Geschwindigkeit: 8,47 km/h
 Laufleistung: 7:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 41 (von 67)
 Strecken-Platzierung/Männer: 37 (von 55)
 Bestzeit der Strecke: 3:03:07

Kategorie-Platzierung: 8(von 11)
 Bestzeit in der Kategorie: 3:57:58

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	2:09:36	6:38	8	26:46	38	47:49	19,50	2:09:36	6:38	8	26:46	10	
Obersorpe	8,00	44:44	5:35	2	1:50	9	10:50	27,50	2:54:20	6:20	8	28:36	10	
Ziel	14,50	2:03:12	8:29	10	30:58	45	55:46	42,00	4:57:32	7:05	8	59:34	37	1:54:25