



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

Detailauswertung

Szameit, Holger

Verein: DUV / Jogmap Ruhr

Startnummer: 337

Strecke: 67,00 km

67 km Lauf

Kategorie:

Senioren M45

Gesamt-Zeit: 10:15:49

Geschwindigkeit: 6,53 km/h

Laufleistung: 9:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 75 (von 80)

Strecken-Platzierung/Männer: 57 (von 60)

Bestzeit der Strecke: 4:42:05

Kategorie-Platzierung: 14(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	2:42:47	8:20	14	1:17:12	58	1:19:59	19,50	2:42:47	8:20	14	1:17:12	28	29:31
Kühude	20,50	3:10:43	9:18	13	1:43:29	58	1:44:38	40,00	5:53:30	8:50	14	2:59:13	28	1:15:22
Nasse Wiese	20,50	3:25:01	10:00	14	1:48:17	54	1:58:03	60,50	9:18:31	9:13	14	4:47:30	27	1:45:46
Ziel	6,50	57:18	8:48	12	31:01	52	33:05	67,00	10:15:49	9:11	14	5:18:31	57	5:33:44