



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

evaluación detallada

Holst, Hansi

Asociación: Endorphinjunkies.de Dortmund
Dorsal: 707

recorrido: 67.00 km
67 km Lauf

categoría:
Männer M50

tiempo total: 7:16:57

velocidad: 9.20 km/h
rendimiento en carrera: 6:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 19 (de 52)
posición en el recorrido/Men: 19 (de 45)
mejor tiempo del recorrido: 5:42:02

posición en la categoría: 5(de 11)
mejor tiempo en la categoría: 6:12:46

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso min	retraso seg	retraso seg	km	tiempo	min/km	posición	retraso min	retraso seg	retraso seg	
Nasse Wiese	19.50	2:11:19	6:44	6	31:28	30	33:17	19.50	2:11:19	6:44	5	31:28	42	
Kühude	20.50	2:11:06	6:23	5	21:50	19	28:23	40.00	4:22:25	6:33	5	53:18	42	
Nasse Wiese	20.50	2:20:10	6:50	4	25:00	12	42:06	60.50	6:42:35	6:39	5	1:03:56	42	
meta	6.50	34:22	5:17	4	2:47	9	8:00	67.00	7:16:57	6:31	5	1:04:11	19	1:34:55