



# Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

## evaluación detallada

**Hardenack, Frank**

Asociación: Neuenkleusheim

Dorsal: 632

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Männer M35

tiempo total: 8:09:44

velocidad: 12.37 km/h

rendimiento en carrera: 4:51 min/km

posición en el recorrido/Total: 1 (de 59)

posición en el recorrido/Men: 1 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 8:09:44

posición en la categoría: 1(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 8:09:44

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score					
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men
Nasse Wiese	19.50	1:28:42	4:32	1	-	1	-	19.50	1:28:42	4:32	1	-	40
Kühude	20.50	1:33:04	4:32	1	-	1	-	40.00	3:01:46	4:32	1	-	40
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:21:02	4:46	1	-	1	-	57.00	4:22:48	4:36	1	-	40
Kühude	17.00	1:27:49	5:09	1	-	1	-	74.00	5:50:37	4:44	1	-	40
Nasse Wiese	20.50	1:51:03	5:25	1	-	1	-	94.50	7:41:40	4:53	1	-	40
meta	6.50	28:04	4:19	1	-	1	-	101.00	8:09:44	4:50	1	-	1