



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

evaluación detallada

Potrafky, Heinz-Joachim

Asociación: LT TuS Iserlohn

Dorsal: 630

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Männer M40

tiempo total: 9:25:04

velocidad: 10.72 km/h

rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 59)

posición en el recorrido/Men: 7 (de 52)

mejor tiempo del recorrido: 8:09:44

posición en la categoría: 1(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 9:25:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	1:39:40	5:06	2	0:30	6	10:58	19.50	1:39:40	5:06	1	-	33	
Kühude	20.50	1:44:23	5:05	1	-	6	11:19	40.00	3:24:03	5:06	1	-	33	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:34:08	5:32	1	-	6	13:06	57.00	4:58:11	5:13	1	-	33	
Kühude	17.00	1:39:27	5:51	1	-	8	11:38	74.00	6:37:38	5:22	1	-	33	
Nasse Wiese	20.50	2:11:57	6:26	1	-	6	20:54	94.50	8:49:35	5:36	1	-	33	
meta	6.50	35:29	5:27	2	0:23	10	7:25	101.00	9:25:04	5:35	1	-	7	1:15:20