



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

evaluación detallada

Grzondziel, Klaudius

Asociación: Siegburg

Dorsal: 735

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Männer M50

tiempo total: 9:31:15

velocidad: 7.04 km/h

rendimiento en carrera: 8:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 48 (de 52)

posición en el recorrido/Men: 43 (de 45)

mejor tiempo del recorrido: 5:42:02

posición en la categoría: 11(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 6:12:46

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	2:29:20	7:39	11	49:29	41	51:18	19.50	2:29:20	7:39	11	49:29	21	4:52
Kühude	20.50	2:48:47	8:13	11	59:31	43	1:06:04	40.00	5:18:07	7:57	11	1:49:00	21	21:34
Nasse Wiese	20.50	3:18:00	9:39	11	1:22:50	43	1:39:56	60.50	8:36:07	8:31	11	2:57:28	21	49:43
meta	6.50	55:08	8:28	11	23:33	43	28:46	67.00	9:31:15	8:31	11	3:18:29	43	3:49:13