



# Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

## evaluación detallada

**Prochaska, Jan**

Asociación: LG Nord Berlin Ultrateam

Dorsal: 745

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 5:42:02

velocidad: 11.75 km/h

rendimiento en carrera: 5:06 min/km

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

posición en el recorrido/Men: 1 (de 45)

mejor tiempo del recorrido: 5:42:02

posición en la categoría: 1(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 5:42:02

## 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	1:45:31	5:24	1	-	5	7:29	19.50	1:45:31	5:24	1	-	35
Kühude	20.50	1:52:05	5:28	1	-	5	9:22	40.00	3:37:36	5:26	1	-	35
Nasse Wiese	20.50	1:38:04	4:47	1	-	1	-	60.50	5:15:40	5:13	1	-	35
meta	6.50	26:22	4:03	1	-	1	-	67.00	5:42:02	5:06	1	-	1