



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

evaluación detallada

Tuna, Manuel

Asociación: TSG Helberhausen

Dorsal: 1379

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 5:29:11

velocidad: 12.21 km/h

rendimiento en carrera: 4:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 10 (de 118)

posición en el recorrido/Men: 10 (de 95)

mejor tiempo del recorrido: 4:51:45

posición en la categoría: 4(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 5:13:39

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	1:31:05	4:40	3	1:21	8	4:48	19.50	1:31:05	4:40	21	62		
Kühude	20.50	1:37:30	4:45	3	6:34	9	9:40	40.00	3:08:35	4:42	21	62		
Nasse Wiese	20.50	1:51:26	5:26	6	13:22	12	20:15	60.50	5:00:01	4:57	21	61		
meta	6.50	29:10	4:29	4	2:29	12	4:02	67.00	5:29:11	4:54	4	15:32	10	37:26