



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

evaluación detallada

Helferich, Gernot

Asociación: LTF Marpingen

Dorsal: 1321

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M40

tiempo total: 5:56:26

velocidad: 11.28 km/h

rendimiento en carrera: 5:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 17 (de 118)

posición en el recorrido/Men: 16 (de 95)

mejor tiempo del recorrido: 4:51:45

posición en la categoría: 3(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 4:58:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	1:36:54	4:58	3	9:21	10	10:37	19.50	1:36:54	4:58	18	56		
Kühude	20.50	1:42:47	5:00	3	14:57	13	14:57	40.00	3:19:41	4:59	18	56		
Nasse Wiese	20.50	2:04:09	6:03	4	27:24	24	32:58	60.50	5:23:50	5:21	18	55		
meta	6.50	32:36	5:00	5	6:33	26	7:28	67.00	5:56:26	5:19	3	58:15	16	1:04:41