



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

evaluación detallada

Adam, Nikolaos

Asociación: IGL-Reutlingen

Dorsal: 1301

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M55

tiempo total: 6:04:46

velocidad: 11.02 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 22 (de 118)

posición en el recorrido/Men: 21 (de 95)

mejor tiempo del recorrido: 4:51:45

posición en la categoría: 3(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 5:53:40

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Nasse Wiese	19.50	1:47:17	5:30	4	3:34	26	21:00	19.50	1:47:17	5:30	3	3:34	51	
Kühude	20.50	1:48:03	5:16	3	2:38	20	20:13	40.00	3:35:20	5:23	3	5:58	51	
Nasse Wiese	20.50	2:00:30	5:52	3	6:32	21	29:19	60.50	5:35:50	5:33	3	12:30	50	
meta	6.50	28:56	4:27	2	0:03	10	3:48	67.00	6:04:46	5:26	3	11:06	21	1:13:01