



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

evaluación detallada

Sprang, Holger

tiempo total: 7:15:03

Dorsal: 1372

velocidad: 9.24 km/h

rendimiento en carrera: 6:29 min/km

recorrido: 67.00 km

posición en el recorrido/Total: 61 (de 118)

67 km Lauf

posición en el recorrido/Men: 52 (de 95)

mejor tiempo del recorrido: 4:51:45

categoría:

posición en la categoría: 13(de 24)

Senioren M45

mejor tiempo en la categoría: 5:13:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición	retraso	Men	posición	retraso	Men				posición	retraso	Men
Nasse Wiese	19.50	2:07:54	6:33	16	38:10	60	41:37	19.50	2:07:54	6:33	12	11:24	19	7:11	
Kühude	20.50	2:07:36	6:13	13	36:40	52	39:46	40.00	4:15:30	6:23	12	18:56	19	11:06	
Nasse Wiese	20.50	2:24:34	7:03	12	46:30	51	53:23	60.50	6:40:04	6:36	12	14:09	19		
meta	6.50	34:59	5:22	11	8:18	43	9:51	67.00	7:15:03	6:29	13	2:01:24	52	2:23:18	