



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch
Bödefeld / 19.05.2012

evaluación detallada

Werbonat, Jens

Asociación: LG DUV
Dorsal: 1851

recorrido: 101.00 km
101 km Lauf

categoría:
Senioren M35

tiempo total: 9:28:56

velocidad: 10.65 km/h
rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 45)
posición en el recorrido/Men: 3 (de 44)
mejor tiempo del recorrido: 9:03:40

posición en la categoría: 1(de 3)
mejor tiempo en la categoría: 9:28:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score					
				posición categoría	retraso Men	posición categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	
Nasse Wiese	19.50	1:51:48	5:44	1	-	6	9:30	19.50	1:51:48	5:44	1	-	25
Kühude	20.50	1:49:25	5:20	1	-	6	7:56	40.00	3:41:13	5:31	1	-	25
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:33:56	5:31	1	-	4	12:57	57.00	5:15:09	5:31	1	-	25
Kühude	17.00	1:37:57	5:45	1	-	3	11:09	74.00	6:53:06	5:34	1	-	24
Nasse Wiese	20.50	2:03:22	6:01	1	-	1	-	94.50	8:56:28	5:40	1	-	24
meta	6.50	32:28	4:59	1	-	3	2:22	101.00	9:28:56	5:37	1	-	3 25:16