



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

evaluación detallada

Jug, Toni

Asociación: VFL Ahaus

Dorsal: 1820

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 10:58:51

velocidad: 9.20 km/h

rendimiento en carrera: 6:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 9 (de 45)

posición en el recorrido/Men: 9 (de 44)

mejor tiempo del recorrido: 9:03:40

posición en la categoría: 2(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 9:45:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	1:57:15	6:00	3	14:57	10	14:57	19.50	1:57:15	6:00	3	14:57	33	
Kühude	20.50	1:57:04	5:42	2	11:41	8	15:35	40.00	3:54:19	5:51	3	26:38	33	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:45:18	6:11	2	7:04	9	24:19	57.00	5:39:37	5:57	3	33:42	33	
Kühude	17.00	1:56:40	6:51	2	8:52	9	29:52	74.00	7:36:17	6:09	2	42:34	30	
Nasse Wiese	20.50	2:43:52	7:59	3	31:24	17	40:30	94.50	10:20:09	6:33	2	1:08:08	30	
meta	6.50	38:42	5:57	2	5:39	12	8:36	101.00	10:58:51	6:31	2	1:13:47	9	1:55:11