



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Elskamp, Gregor

Asociación: Central-Team DE

Dorsal: 2776

recorrido: 42.00 km

42 km Lauf

categoría:

Senioren M40

tiempo total: 3:18:58

velocidad: 12.67 km/h

rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 2 (de 56)

posición en el recorrido/Men: 2 (de 46)

mejor tiempo del recorrido: 3:09:35

posición en la categoría: 1(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 3:18:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
Nasse Wiese	19.50	1:33:00	4:46	2	0:04	5	52:29	19.50	1:33:00	4:46	1	-	25	52:29
meta	22.50	1:45:58	4:42	1	-	2	0:17	42.00	3:18:58	4:44	1	-	2	9:23