



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Rose, Norbert

Asociación: Lauffreunde Gremmendorf

Dorsal: 2735

recorrido: 42.00 km

42 km Lauf

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 4:12:46

velocidad: 9.97 km/h

rendimiento en carrera: 6:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 56)

posición en el recorrido/Men: 15 (de 46)

mejor tiempo del recorrido: 3:09:35

posición en la categoría: 3(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 3:09:35

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	1:52:45	5:46	3	28:51	16	1:12:14	19.50	1:52:45	5:46	3	28:51	38	1:12:14
meta	22.50	2:20:01	6:13	4	34:20	14	34:20	42.00	4:12:46	6:01	3	1:03:11	15	1:03:11