



# 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

## evaluación detallada

**Hermann, Carsten**

Asociación: :anlauf Siegen

Dorsal: 2997

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M40

tiempo total: 6:44:58

velocidad: 9.93 km/h

rendimiento en carrera: 6:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 11 (de 46)

posición en el recorrido/Men: 11 (de 37)

mejor tiempo del recorrido: 5:06:44

posición en la categoría: 3(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 5:20:45

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
Nasse Wiese	19.50	1:56:27	5:58	3	18:36	11	26:27	19.50	1:56:27	5:58	3	18:36	30	
Kühude	20.50	2:00:59	5:54	2	22:24	11	30:38	40.00	3:57:26	5:56	3	41:00	30	
Nasse Wiese	20.50	2:15:38	6:36	3	39:13	14	39:13	60.50	6:13:04	6:09	3	1:20:13	30	
meta	6.50	31:54	4:54	3	4:00	7	5:15	67.00	6:44:58	6:02	3	1:24:13	11	1:38:14