



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Rademacher, Frank

Asociación: Elektro Bongard

Dorsal: 2732

recorrido: 42.00 km

42 km Lauf

categoría:

Senioren M40

tiempo total: 4:36:10

velocidad: 9.12 km/h

rendimiento en carrera: 6:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 24 (de 56)

posición en el recorrido/Men: 23 (de 46)

mejor tiempo del recorrido: 3:09:35

posición en la categoría: 3(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 | 2:04:54 | 6:24 | 3 | 31:58 | 23 | 1:24:23 | 19.50 | 2:04:54 | 6:24 | 3 | 31:54 | 13 | 1:24:23 |
| meta | 22.50 | 2:31:16 | 6:43 | 4 | 45:18 | 24 | 45:35 | 42.00 | 4:36:10 | 6:34 | 3 | 1:17:12 | 23 | 1:26:35 |