



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