



## 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

### evaluación detallada

van de weerd, jef

Asociación: zweitlanceurs

Dorsal: 2820

recorrido: 42.00 km

42 km Lauf

categoría:

Senioren M60

tiempo total: 4:56:00

velocidad: 8.51 km/h

rendimiento en carrera: 7:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 56)

posición en el recorrido/Men: 33 (de 46)

mejor tiempo del recorrido: 3:09:35

posición en la categoría: 2(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 4:27:06

### 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 | Men     | Men     | Men     | km    | tiempo  | min/km | categoría | Men     | Men     | Men     |
| Nasse Wiese | 19.50 | 2:07:15 | 6:31   | 2         | 1:29    | 27      | 1:26:44 | 19.50 | 2:07:15 | 6:31   | 2         | 1:29    | 11      | 1:26:44 |
| meta        | 22.50 | 2:48:45 | 7:30   | 2         | 27:25   | 37      | 1:03:04 | 42.00 | 4:56:00 | 7:02   | 2         | 28:54   | 33      | 1:46:25 |