



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Holst, Hansi

Asociación: DUV / Endorphinjunkies Dortmund

Dorsal: 2998

recorrido: 42.00 km

42 km Lauf

categoría:

Senioren M50

tiempo total: 4:59:00

velocidad: 8.43 km/h

rendimiento en carrera: 7:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 56)

posición en el recorrido/Men: 35 (de 46)

mejor tiempo del recorrido: 3:09:35

posición en la categoría: 12(de 17)

mejor tiempo en la categoría: 3:40:18

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	40:31	2:04	1	-	1	-	19.50	40:31	2:04	12	1	-	-
meta	22.50	4:18:29	11:29	16	2:14:40	45	2:32:48	42.00	4:59:00	7:07	12	1:18:42	35	1:49:25