



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Sprang, Sonja

Asociación: Aachen

Dorsal: 3012

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Seniorinnen W40

tiempo total: 7:46:26

velocidad: 8.62 km/h

rendimiento en carrera: 6:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 28 (de 46)

posición en el recorrido/Women: 4 (de 9)

mejor tiempo del recorrido: 6:51:38

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 7:46:26

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Nasse Wiese	19.50	2:12:20	6:47	1	-	2	4:45	19.50	2:12:20	6:47	1	-	4	4:45
Kühude	20.50	2:18:47	6:46	1	-	4	16:43	40.00	4:31:07	6:46	1	-	4	21:28
Nasse Wiese	20.50	2:33:35	7:29	1	-	5	24:09	60.50	7:04:42	7:01	1	-	4	45:37
meta	6.50	41:44	6:25	1	-	5	9:11	67.00	7:46:26	6:57	1	-	4	54:48