



# 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

## evaluación detallada

**Jansen, Rolf**

Asociación: Hagen

Dorsal: 3054

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M40

tiempo total: 8:33:50

velocidad: 7.82 km/h

rendimiento en carrera: 7:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 46)

posición en el recorrido/Men: 33 (de 37)

mejor tiempo del recorrido: 5:06:44

posición en la categoría: 11(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 5:20:45

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición	retraso	posición				retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men				Men	Men	Men	
Nasse Wiese	19.50	2:22:47	7:19	10	44:56	31	19.50	2:22:47	7:19	11	44:56	15	4:16
Kühude	20.50	2:30:08	7:19	11	51:33	32	40.00	4:52:55	7:19	11	1:36:29	15	21:02
Nasse Wiese	20.50	2:55:24	8:33	11	1:18:59	33	60.50	7:48:19	7:44	11	2:55:28	15	34:35
meta	6.50	45:31	7:00	10	17:37	32	67.00	8:33:50	7:40	11	3:13:05	33	3:27:06