



# 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

## evaluación detallada

**Gratkowski, Michael**

Asociación: DJK Preussen 1911 Bochum

Dorsal: 3040

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M50

tiempo total: 8:45:09

velocidad: 7.65 km/h

rendimiento en carrera: 7:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 39 (de 46)

posición en el recorrido/Men: 34 (de 37)

mejor tiempo del recorrido: 5:06:44

posición en la categoría: 6(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 6:25:52

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	2:25:20	7:27	6	38:34	32	55:20	19.50	2:25:20	7:27	6	38:34	16	6:49
Kühude	20.50	2:39:33	7:46	6	42:21	36	1:09:12	40.00	5:04:53	7:37	6	1:20:55	16	33:00
Nasse Wiese	20.50	2:54:50	8:31	5	1:13:16	31	1:18:25	60.50	7:59:43	7:55	6	2:05:04	16	45:59
meta	6.50	45:26	6:59	5	14:13	31	18:47	67.00	8:45:09	7:50	6	2:19:17	34	3:38:25