



# 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

## evaluación detallada

**Tuna, Manuel**

Asociación: TSG Helberhausen

Dorsal: 3020

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 5:06:44

velocidad: 13.11 km/h

rendimiento en carrera: 4:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 1 (de 46)

posición en el recorrido/Men: 1 (de 37)

mejor tiempo del recorrido: 5:06:44

posición en la categoría: 1(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 5:06:44

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score					
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men
Nasse Wiese	19.50	1:30:00	4:36	1	-	1	-	19.50	1:30:00	4:36	1	-	29
Kühude	20.50	1:32:19	4:30	1	-	2	1:58	40.00	3:02:19	4:33	1	-	29
Nasse Wiese	20.50	1:37:46	4:46	1	-	2	1:21	60.50	4:40:05	4:37	1	-	29
meta	6.50	26:39	4:05	1	-	1	-	67.00	5:06:44	4:34	1	-	1