



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Ziemer, Ulrich

Asociación: Essen

Dorsal: 3096

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Senioren M50

tiempo total: 12:50:12

velocidad: 7.87 km/h

rendimiento en carrera: 7:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 53 (de 79)

posición en el recorrido/Men: 42 (de 65)

mejor tiempo del recorrido: 8:58:12

posición en la categoría: 12(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 10:50:13

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso | | | Total Men | Total Men |
|-----------------|-------------|-----------------|------------------------|---------|----------|---------|-------------|-----------------|-----------------|---------|----------|---------|--------------|--------------|
| | | | | retraso | posición | retraso | | | | retraso | posición | retraso | | |
| Nasse Wiese | 19.50 | 2:24:02 | 7:23 | 16 | 30:55 | 52 | 19.50 | 2:24:02 | 7:23 | 10 | 3:24 | 9 | 17:30 | |
| Kühude | 20.50 | 2:23:27 | 6:59 | 13 | 22:41 | 43 | 40.00 | 4:47:29 | 7:11 | 10 | 7:47 | 9 | 20:38 | |
| Rhein-Weser-Tur | 17.00 | 2:03:47 | 7:16 | 12 | 18:06 | 38 | 57.00 | 6:51:16 | 7:12 | 10 | 11:49 | 9 | 17:06 | |
| Kühude | 17.00 | 2:06:59 | 7:28 | 11 | 21:48 | 30 | 74.00 | 8:58:15 | 7:16 | 10 | 13:06 | 9 | 9:22 | |
| Nasse Wiese | 20.50 | 3:04:15 | 8:59 | 15 | 36:12 | 48 | 94.50 | 12:02:30 | 7:38 | 10 | 8:42 | 9 | 9:27 | |
| meta | 6.50 | 47:42 | 7:20 | 17 | 16:47 | 47 | 101.00 | 12:50:12 | 7:37 | 12 | 1:59:59 | 42 | 3:52:00 | |