



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Grittner, Werner

Asociación: LC Duisburg

Dorsal: 3041

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Senioren M50

tiempo total: 13:03:29

velocidad: 7.73 km/h

rendimiento en carrera: 7:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 60 (de 79)

posición en el recorrido/Men: 47 (de 65)

mejor tiempo del recorrido: 8:58:12

posición en la categoría: 14(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
				posición	posición	Men				posición	posición	Men	
Nasse Wiese	19.50	2:25:03	7:26	17	31:56	54	19.50	2:25:03	7:26	7	4:25	3	18:31
Kühude	20.50	2:25:17	7:05	15	24:31	47	40.00	4:50:20	7:15	7	10:38	3	23:29
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:05:45	7:23	15	20:04	43	57.00	6:56:05	7:17	7	16:38	3	21:55
Kühude	17.00	2:20:56	8:17	14	35:45	48	74.00	9:17:01	7:31	7	31:52	3	28:08
Nasse Wiese	20.50	3:01:10	8:50	13	33:07	43	94.50	12:18:11	7:48	7	24:23	3	25:08
meta	6.50	45:18	6:58	12	14:23	38	101.00	13:03:29	7:45	14	2:13:16	47	4:05:17