



# 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

## evaluación detallada

**Dumke, Holger**

Asociación: BSG WAZ Essen

Dorsal: 3035

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Senioren M35

tiempo total: 14:03:41

velocidad: 7.18 km/h

rendimiento en carrera: 8:21 min/km

posición en el recorrido/Total: 74 (de 79)

posición en el recorrido/Men: 61 (de 65)

mejor tiempo del recorrido: 8:58:12

posición en la categoría: 5(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 11:23:21

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	2:20:35	7:12	5	20:24	39	41:50	19.50	2:20:35	7:12	5	8:39	29	14:03
Kühude	20.50	2:32:36	7:26	5	29:47	59	48:13	40.00	4:53:11	7:19	5	32:45	29	26:20
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:13:33	7:51	5	27:52	57	47:38	57.00	7:06:44	7:29	5	55:29	29	32:34
Kühude	17.00	2:35:13	9:07	5	33:09	61	1:03:58	74.00	9:41:57	7:51	5	1:28:38	29	53:04
Nasse Wiese	20.50	3:28:29	10:10	5	55:21	63	1:22:46	94.50	13:10:26	8:21	5	2:23:59	29	1:17:23
meta	6.50	53:15	8:11	5	17:30	59	22:20	101.00	14:03:41	8:21	5	2:40:20	61	5:05:29