



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

evaluación detallada

Albrecht, Frank

Asociación: Menden

Dorsal: 145

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Senioren M50

tiempo total: 14:33:57

velocidad: 6.93 km/h

rendimiento en carrera: 8:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 89 (de 98)

posición en el recorrido/Men: 76 (de 84)

mejor tiempo del recorrido: 8:25:02

posición en la categoría: 21(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 9:37:03

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posició min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posició min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	2:17:01	7:01	7	27:45	42	47:36	19.50	2:17:01	7:01	3	29		
Kühude	20.50	2:36:04	7:36	18	43:01	67	1:00:25	40.00	4:53:05	7:19	3	29		
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:28:14	8:43	21	54:42	76	1:15:29	57.00	7:21:19	7:44	3	2:51	29	2:51
Kühude	17.00	2:48:41	9:55	21	1:10:14	81	1:21:30	74.00	10:10:00	8:14	3	30:10	29	30:10
Nasse Wiese	20.50	3:26:06	10:03	20	1:17:50	76	1:31:07	94.50	13:36:06	8:38	3	58:20	28	58:20
Ziel	6.50	57:51	8:54	20	23:22	73	29:34	101.00	14:33:57	8:39	21	4:56:54	76	6:08:55