



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

evaluación detallada

Donath, Lars

Asociación: ITC Team Germany

Dorsal: 283

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M30

tiempo total: 5:34:05

velocidad: 12.03 km/h

rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 14 (de 80)

posición en el recorrido/Men: 14 (de 60)

mejor tiempo del recorrido: 4:42:05

posición en la categoría: 2(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 5:27:15

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Nasse Wiese	19.50	1:32:41	4:45	2	2:49	8	9:53	19.50	1:32:41	4:45	2	2:49	44	
Kühude	20.50	1:38:29	4:48	2	4:45	12	12:24	40.00	3:11:10	4:46	2	7:34	44	
Nasse Wiese	20.50	1:53:29	5:32	2	26:06	16	26:31	60.50	5:04:39	5:02	2	4:36	43	
Ziel	6.50	29:26	4:31	2	2:14	13	5:13	67.00	5:34:05	4:59	2	6:50	14	52:00