



## 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

### evaluación detallada

**Kranz, Ingomar**

Asociación: Dumm gelaufen

Dorsal: 538

recorrido: 42.00 km

42 km Lauf

categoría:

Senioren M40

tiempo total: 4:18:06

velocidad: 9.76 km/h

rendimiento en carrera: 6:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 15 (de 67)

posición en el recorrido/Men: 15 (de 55)

mejor tiempo del recorrido: 3:03:07

posición en la categoría: 6(de 12)

mejor tiempo en la categoría: 3:34:18

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Nasse Wiese	19.50	1:51:35	5:43	6	12:55	13	29:48	19.50	1:51:35	5:43	6	12:55	29	
Obersorpe	8.00	45:34	5:41	6	6:59	17	11:40	27.50	2:37:09	5:42	6	19:54	29	
Ziel	14.50	1:40:57	6:57	8	23:54	19	33:31	42.00	4:18:06	6:08	6	43:48	15	1:14:59