



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

evaluación detallada

Spernol, Andreas

Asociación: LF Ehberg 02

Dorsal: 331

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M40

tiempo total: 7:37:11

velocidad: 8.79 km/h

rendimiento en carrera: 6:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 45 (de 80)

posición en el recorrido/Men: 35 (de 60)

mejor tiempo del recorrido: 4:42:05

posición en la categoría: 8(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 4:48:50

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
Nasse Wiese	19.50	2:10:12	6:40	8	45:24	39	47:24	19.50	2:10:12	6:40	8	45:24	6	
Kühude	20.50	2:18:37	6:45	8	51:54	35	52:32	40.00	4:28:49	6:43	8	1:37:18	6	
Nasse Wiese	20.50	2:27:18	7:11	7	55:19	36	1:00:20	60.50	6:56:07	6:52	8	2:32:37	7	
Ziel	6.50	41:04	6:19	8	15:44	37	16:51	67.00	7:37:11	6:49	8	2:48:21	35	2:55:06