



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

evaluación detallada

Metzler, Alex

Asociación: Coolrunners-Germany

Dorsal: 1616

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M30

tiempo total: 8:11:37

velocidad: 8.18 km/h

rendimiento en carrera: 7:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 55 (de 80)

posición en el recorrido/Men: 44 (de 60)

mejor tiempo del recorrido: 4:42:05

posición en la categoría: 4(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	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	2:30:19	7:42	4	1:00:27	52	1:07:31	19.50	2:30:19	7:42	4	1:00:27	15	17:03
Kühude	20.50	2:29:50	7:18	4	56:06	46	1:03:45	40.00	5:00:09	7:30	4	1:56:33	15	22:01
Nasse Wiese	20.50	2:32:39	7:26	4	1:05:16	38	1:05:41	60.50	7:32:48	7:29	4	2:32:45	15	0:03
Ziel	6.50	38:49	5:58	3	11:37	34	14:36	67.00	8:11:37	7:20	4	2:44:22	44	3:29:32