



## 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

### evaluación detallada

**Szameit, Holger**

Asociación: DUV / Jogmap Ruhr

Dorsal: 337

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Senioren M45

tiempo total: 10:15:49

velocidad: 6.53 km/h

rendimiento en carrera: 9:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 75 (de 80)

posición en el recorrido/Men: 57 (de 60)

mejor tiempo del recorrido: 4:42:05

posición en la categoría: 14(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 4:57:18

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Nasse Wiese	19.50	2:42:47	8:20	14	1:17:12	58	1:19:59	19.50	2:42:47	8:20	14	1:17:12	28	29:31
Kühude	20.50	3:10:43	9:18	13	1:43:29	58	1:44:38	40.00	5:53:30	8:50	14	2:59:13	28	1:15:22
Nasse Wiese	20.50	3:25:01	10:00	14	1:48:17	54	1:58:03	60.50	9:18:31	9:13	14	4:47:30	27	1:45:46
Ziel	6.50	57:18	8:48	12	31:01	52	33:05	67.00	10:15:49	9:11	14	5:18:31	57	5:33:44