



# Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

## Exploitation détaillée

**Rauscheit, Frank**

Association: Sportfreund Alsdorf

Dossard: 796

Circuit: 42.00 km

42 km Lauf

Catégorie:

Männer M35

Temps total: 3:51:49

Vitesse: 10.87 km/h

Kilométrage: 5:31 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 36)

Place par parcours/Hommes: 3 (de 30)

Meilleur temps dans le parcours: 3:40:13

Place par catégorie: 1(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:51:49

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Nasse Wiese	19.50	1:48:39	5:34	2	9:40	8	12:47	19.50	1:48:39	5:34	1	-	28	
Obersorpe	6.50	43:07	6:38	2	0:58	4	3:38	26.00	2:31:46	5:50	1	-	28	
Arrivée	16.00	1:20:03	5:00	1	-	1	-	42.00	3:51:49	5:31	1	-	4	2:04:49