



# Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

## Exploitation détaillée

von Heydebrand, Klaus

Association: FC Remblinghausen

Dossard: 764

Circuit: 42.00 km

42 km Lauf

Catégorie:

Männer M50

Temps total: 4:10:47

Vitesse: 10.05 km/h

Kilométrage: 5:58 min/km

Place par parcours/Total: 11 (de 36)

Place par parcours/Hommes: 9 (de 30)

Meilleur temps dans le parcours: 3:40:13

Place par catégorie: 3(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 4:02:52

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	Hommes			km	Temps
Nasse Wiese	19.50	1:46:29	5:27	3	5:12	6	10:37	19.50	1:46:29	5:27	3	5:12	22	
Obersorpe	6.50	45:16	6:57	2	0:30	7	5:47	26.00	2:31:45	5:50	3	5:42	22	
Arrivée	16.00	1:39:02	6:11	3	2:13	11	18:59	42.00	4:10:47	5:58	3	7:55	10	2:23:47