



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Exploitation détaillée

Roland, Marc

Association: Bratwurst Runners

Dossard: 613

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Männer M35

Temps total: 10:25:49

Vitesse: 9.68 km/h

Kilométrage: 6:12 min/km

Place par parcours/Total: 10 (de 59)

Place par parcours/Hommes: 10 (de 52)

Meilleur temps dans le parcours: 8:09:44

Place par catégorie: 2(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 8:09:44

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 Hommes | Total km | Total Temps | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Homm | Retard Hommes |
| Nasse Wiese | 19.50 | 1:50:47 | 5:40 | 2 | 22:05 | 11 | 22:05 | 19.50 | 1:50:47 | 5:40 | 2 | 22:05 | 36 | |
| Kühude | 20.50 | 1:55:37 | 5:38 | 2 | 22:33 | 10 | 22:33 | 40.00 | 3:46:24 | 5:39 | 2 | 44:38 | 36 | |
| Rhein-Weser-Tur | 17.00 | 1:42:38 | 6:02 | 2 | 21:36 | 9 | 21:36 | 57.00 | 5:29:02 | 5:46 | 2 | 1:06:14 | 36 | |
| Kühude | 17.00 | 1:51:24 | 6:33 | 2 | 23:35 | 12 | 23:35 | 74.00 | 7:20:26 | 5:57 | 2 | 1:29:49 | 36 | |
| Nasse Wiese | 20.50 | 2:23:21 | 6:59 | 3 | 32:18 | 11 | 32:18 | 94.50 | 9:43:47 | 6:10 | 2 | 2:02:07 | 36 | |
| Arrivée | 6.50 | 42:02 | 6:28 | 4 | 13:58 | 29 | 13:58 | 101.00 | 10:25:49 | 6:11 | 2 | 2:16:05 | 10 | 2:16:05 |