



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