



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

## Exploitation détaillée

Helferich, Gernot

Association: LTF Marpingen

Dossard: 1321

Circuit: 67.00 km

67 km Lauf

Catégorie:

Senioren M40

Temps total: 5:56:26

Vitesse: 11.28 km/h

Kilométrage: 5:19 min/km

Place par parcours/Total: 17 (de 118)

Place par parcours/Hommes: 16 (de 95)

Meilleur temps dans le parcours: 4:51:45

Place par catégorie: 3(de 20)

Meilleur temps dans la catégorie: 4:58:11

### 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	1:36:54	4:58	3	9:21	10	10:37	19.50	1:36:54	4:58	18		56	
Kühude	20.50	1:42:47	5:00	3	14:57	13	14:57	40.00	3:19:41	4:59	18		56	
Nasse Wiese	20.50	2:04:09	6:03	4	27:24	24	32:58	60.50	5:23:50	5:21	18		55	
Arrivée	6.50	32:36	5:00	5	6:33	26	7:28	67.00	5:56:26	5:19	3	58:15	16	1:04:41