



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

Exploitation détaillée

Gramann, Andreas

Association: Isono Running Team

Dossard: 1104

Circuit: 42.00 km

42 km Lauf

Catégorie:

Senioren M45

Temps total: 5:12:22

Vitesse: 8.07 km/h

Kilométrage: 7:26 min/km

Place par parcours/Total: 36 (de 46)

Place par parcours/Hommes: 32 (de 36)

Meilleur temps dans le parcours: 3:25:57

Place par catégorie: 12(de 12)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:40:43

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	2:17:55	7:04	11	39:51	31	46:12	19.50	2:17:55	7:04	12	39:51	14	12:36
Obersorpe	8.00	58:13	7:16	12	18:17	33	20:00	27.50	3:16:08	7:07	12	58:08	14	15:08
Arrivée	14.50	1:56:14	8:00	10	33:31	27	40:13	42.00	5:12:22	7:26	12	1:31:39	32	1:46:25