



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

Exploitation détaillée

van den Elzen, Gerard

Association: LSF-Unna-2000

Dossard: 1380

Circuit: 67.00 km

67 km Lauf

Catégorie:

Senioren M55

Temps total: 8:10:08

Vitesse: 8.20 km/h

Kilométrage: 7:19 min/km

Place par parcours/Total: 85 (de 118)

Place par parcours/Hommes: 74 (de 95)

Meilleur temps dans le parcours: 4:51:45

Place par catégorie: 10(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 5:53:40

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	2:09:26	6:38	9	25:43	63	43:09	19.50	2:09:26	6:38	10	25:43	44	8:43
Kühude	20.50	2:17:02	6:41	9	31:37	63	49:12	40.00	4:26:28	6:39	10	57:06	44	22:04
Nasse Wiese	20.50	2:59:13	8:44	10	1:05:15	82	1:28:02	60.50	7:25:41	7:22	10	2:02:21	43	39:43
Arrivée	6.50	44:27	6:50	10	15:34	72	19:19	67.00	8:10:08	7:18	10	2:16:28	74	3:18:23