



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

## Exploitation détaillée

**Penka, Sebastian**

Association: Lübeck

Dossard: 1771

Circuit: 67.00 km

67 km Lauf

Catégorie:

Männer

**Temps total: 8:39:37**

Vitesse: 7.74 km/h

Kilométrage: 7:46 min/km

Place par parcours/Total: 96 (de 118)

Place par parcours/Hommes: 81 (de 95)

Meilleur temps dans le parcours: 4:51:45

Place par catégorie: 5(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 5:01:18

### 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	2:28:53	7:38	5	1:02:36	86	1:02:36	19.50	2:28:53	7:38	5	57:28	25	28:10
Kühude	20.50	2:32:22	7:25	5	1:03:10	82	1:04:32	40.00	5:01:15	7:31	5	1:58:06	25	56:51
Nasse Wiese	20.50	2:49:11	8:15	6	1:16:34	76	1:18:00	60.50	7:50:26	7:46	5	3:14:40	24	1:04:28
Arrivée	6.50	49:11	7:33	6	23:39	81	24:03	67.00	8:39:37	7:45	5	3:38:19	81	3:47:52