



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

## Exploitation détaillée

**Einhaus, Herbert**

Association: LSV Lingen

Dossard: 1807

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Senioren M50

Temps total: 10:56:36

Vitesse: 9.23 km/h

Kilométrage: 6:30 min/km

Place par parcours/Total: 8 (de 45)

Place par parcours/Hommes: 8 (de 44)

Meilleur temps dans le parcours: 9:03:40

Place par catégorie: 2(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 10:49:46

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard		Place catg.Homme	Retard Hommes	Total		Place catg.	Retard		Place catg.Homme	Retard Hommes
	km	Temps			catg.Homme	Hommes			km	Temps		min/km	catg.Homme		
Nasse Wiese	19.50	2:13:03	6:49	4	14:14	24	30:45	19.50	2:13:03	6:49	2	14:14	32		
Kühude	20.50	2:06:59	6:11	3	6:53	17	25:30	40.00	4:20:02	6:30	2	21:07	32		
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:48:23	6:22	1	-	11	27:24	57.00	6:08:25	6:27	2	20:58	32		
Kühude	17.00	1:57:39	6:55	2	4:10	10	30:51	74.00	8:06:04	6:34	2	25:08	29		
Nasse Wiese	20.50	2:20:26	6:51	1	-	7	17:04	94.50	10:26:30	6:37	2	15:09	29		
Arrivée	6.50	30:06	4:37	1	-	1	-	101.00	10:56:36	6:30	2	6:50	8	1:52:56	