



## 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

### Exploitation détaillée

**Rose, Norbert**

Association: Lauffreunde Gremmendorf

Dossard: 2735

Circuit: 42.00 km

42 km Lauf

Catégorie:

Senioren M45

Temps total: 4:12:46

Vitesse: 9.97 km/h

Kilométrage: 6:01 min/km

Place par parcours/Total: 15 (de 56)

Place par parcours/Hommes: 15 (de 46)

Meilleur temps dans le parcours: 3:09:35

Place par catégorie: 3(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:09:35

### 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	1:52:45	5:46	3	28:51	16	1:12:14	19.50	1:52:45	5:46	3	28:51	38	1:12:14
Arrivée	22.50	2:20:01	6:13	4	34:20	14	34:20	42.00	4:12:46	6:01	3	1:03:11	15	1:03:11