



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

Exploitation détaillée

Gruszka, Leszek

Temps total: 7:39:58

Dossard: 3159

Vitesse: 8.74 km/h

Kilométrage: 6:52 min/km

Circuit: 67.00 km

Place par parcours/Total: 26 (de 46)

67 km Lauf

Place par parcours/Hommes: 23 (de 37)

Meilleur temps dans le parcours: 5:06:44

Catégorie:

Place par catégorie: 5(de 11)

Senioren M40

Meilleur temps dans la catégorie: 5:20:45

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	2:13:05	6:49	5	35:14	22	43:05	19.50	2:13:05	6:49	5	35:14	5	
Kühude	20.50	2:15:43	6:37	7	37:08	24	45:22	40.00	4:28:48	6:43	5	1:12:22	5	
Nasse Wiese	20.50	2:30:14	7:19	6	53:49	23	53:49	60.50	6:59:02	6:55	5	2:06:11	5	
Arrivée	6.50	40:56	6:17	8	13:02	27	14:17	67.00	7:39:58	6:51	5	2:19:13	23	2:33:14