



## 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

### Exploitation détaillée

**Siemens, Frank**

Association: SV Lembeck

Dossard: 2737

Circuit: 42.00 km

42 km Lauf

Catégorie:

Senioren M50

Temps total: 5:23:49

Vitesse: 7.78 km/h

Kilométrage: 7:43 min/km

Place par parcours/Total: 47 (de 56)

Place par parcours/Hommes: 43 (de 46)

Meilleur temps dans le parcours: 3:09:35

Place par catégorie: 15(de 17)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:40:18

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.
Nasse Wiese	19.50	2:21:49	7:16	15	1:41:18	39	1:41:18	15	45:20	21	1:41:18	15	45:20	21	1:41:18	19.50	2:21:49	7:16	15	45:20	21	1:41:18	15	45:20	21	1:41:18	15	45:20
Arrivée	22.50	3:02:00	8:05	15	58:11	42	1:16:19	15	1:43:31	43	2:14:14	15	1:43:31	43	2:14:14	42.00	5:23:49	7:42	15	1:43:31	43	2:14:14	15	1:43:31	43	2:14:14	15	1:43:31