



# 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

## Exploitation détaillée

**Zander, Markus**

Association: Destination

Dossard: 3157

Circuit: 67.00 km

67 km Lauf

Catégorie:

Senioren M40

Temps total: 7:56:49

Vitesse: 8.43 km/h

Kilométrage: 7:07 min/km

Place par parcours/Total: 31 (de 46)

Place par parcours/Hommes: 26 (de 37)

Meilleur temps dans le parcours: 5:06:44

Place par catégorie: 7(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 5:20:45

### 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.	Homm
Nasse Wiese	19.50	2:21:04	7:14	9	43:13	30	51:04	19.50	2:21:04	7:14	7	43:13	8	2:33	19.50	2:21:04	7:14	7	43:13	8	2:33	19.50	2:21:04	7:14	7	43:13	8	2:33	
Kühude	20.50	2:19:23	6:47	8	40:48	27	49:02	40.00	4:40:27	7:00	7	1:24:01	8	8:34	40.00	4:40:27	7:00	7	1:24:01	8	8:34	40.00	4:40:27	7:00	7	1:24:01	8	8:34	
Nasse Wiese	20.50	2:33:31	7:29	7	57:06	26	57:06	60.50	7:13:58	7:10	7	2:21:07	8	0:14	60.50	7:13:58	7:10	7	2:21:07	8	0:14	60.50	7:13:58	7:10	7	2:21:07	8	0:14	
Arrivée	6.50	42:51	6:35	9	14:57	30	16:12	67.00	7:56:49	7:06	7	2:36:04	26	2:50:05	67.00	7:56:49	7:06	7	2:36:04	26	2:50:05	67.00	7:56:49	7:06	7	2:36:04	26	2:50:05	