



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

Exploitation détaillée

Niederhofer, Stefan

Association: TuS Breckerfeld

Dossard: 3145

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Senioren M40

Temps total: 12:13:25

Vitesse: 8.26 km/h

Kilométrage: 7:16 min/km

Place par parcours/Total: 39 (de 79)

Place par parcours/Hommes: 32 (de 65)

Meilleur temps dans le parcours: 8:58:12

Place par catégorie: 6(de 8)

Meilleur temps dans la catégorie: 8:58:12

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 | 2:17:58 | 7:04 | 7 | 39:13 | 36 | 39:13 | 19.50 | 2:17:58 | 7:04 | 6 | 39:13 | 65 | 11:26 |
| Kühude | 20.50 | 2:13:31 | 6:30 | 6 | 29:08 | 27 | 29:08 | 40.00 | 4:31:29 | 6:47 | 6 | 1:08:21 | 65 | 4:38 |
| Rhein-Weser-Tur | 17.00 | 2:00:48 | 7:06 | 6 | 34:53 | 35 | 34:53 | 57.00 | 6:32:17 | 6:52 | 6 | 1:43:14 | 65 | |
| Kühude | 17.00 | 2:07:39 | 7:30 | 6 | 36:24 | 33 | 36:24 | 74.00 | 8:39:56 | 7:01 | 6 | 2:19:38 | 65 | |
| Nasse Wiese | 20.50 | 2:52:36 | 8:25 | 6 | 46:53 | 29 | 46:53 | 94.50 | 11:32:32 | 7:19 | 6 | 3:06:31 | 65 | |
| Arrivée | 6.50 | 40:53 | 6:17 | 6 | 8:42 | 28 | 9:58 | 101.00 | 12:13:25 | 7:15 | 6 | 3:15:13 | 32 | 3:15:13 |