



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