



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

Exploitation détaillée

Tuna, Manuel

Association: TSG Helberhausen

Dossard: 3020

Circuit: 67.00 km

67 km Lauf

Catégorie:

Senioren M45

Temps total: 5:06:44

Vitesse: 13.11 km/h

Kilométrage: 4:35 min/km

Place par parcours/Total: 1 (de 46)

Place par parcours/Hommes: 1 (de 37)

Meilleur temps dans le parcours: 5:06:44

Place par catégorie: 1(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 5:06:44

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. | Hommes | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | km | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes |
| Nasse Wiese | 19.50 | 1:30:00 | 4:36 | 1 | - | 1 | - | 19.50 | 1:30:00 | 4:36 | 1 | - | 1 | - | 19.50 | 1:30:00 | 4:36 | 1 | - | 1 | - | 19.50 | 1:30:00 | 4:36 | 1 | - | 1 | - |
| Kühude | 20.50 | 1:32:19 | 4:30 | 1 | - | 2 | 1:58 | 40.00 | 3:02:19 | 4:33 | 1 | - | 2 | 1:58 | 40.00 | 3:02:19 | 4:33 | 1 | - | 2 | 1:58 | 40.00 | 3:02:19 | 4:33 | 1 | - | 2 | 1:58 |
| Nasse Wiese | 20.50 | 1:37:46 | 4:46 | 1 | - | 2 | 1:21 | 60.50 | 4:40:05 | 4:37 | 1 | - | 2 | 1:21 | 60.50 | 4:40:05 | 4:37 | 1 | - | 2 | 1:21 | 60.50 | 4:40:05 | 4:37 | 1 | - | 2 | 1:21 |
| Arrivée | 6.50 | 26:39 | 4:05 | 1 | - | 1 | - | 67.00 | 5:06:44 | 4:34 | 1 | - | 1 | - | 67.00 | 5:06:44 | 4:34 | 1 | - | 1 | - | 67.00 | 5:06:44 | 4:34 | 1 | - | 1 | - |