



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

Exploitation détaillée

Scheper, Thorsten

Association: Laufabteilung Langförden/DUV

Dossard: 3010

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Senioren M45

Temps total: 12:50:14

Vitesse: 7.87 km/h

Kilométrage: 7:38 min/km

Place par parcours/Total: 54 (de 79)

Place par parcours/Hommes: 43 (de 65)

Meilleur temps dans le parcours: 8:58:12

Place par catégorie: 11(de 18)

Meilleur temps dans la catégorie: 9:26:16

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard		Place catg.Homme	Retard Hommes	Total		Place catg.	Retard		Place catg.Homme	Retard Hommes
	km	Temps			catg.Homme	Hommes			km	Temps		catg.Homme	Hommes		
Nasse Wiese	19.50	2:24:03	7:23	15	45:17	53	45:18	19.50	2:24:03	7:23	9	17:31	8	17:31	
Kühude	20.50	2:23:24	6:59	11	38:51	42	39:01	40.00	4:47:27	7:11	9	20:36	8	20:36	
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:03:52	7:17	10	33:27	39	37:57	57.00	6:51:19	7:12	9	17:09	8	17:09	
Kühude	17.00	2:07:03	7:28	8	25:56	31	35:48	74.00	8:58:22	7:16	9	9:29	8	9:29	
Nasse Wiese	20.50	3:04:49	9:00	13	49:31	49	59:06	94.50	12:03:11	7:39	9	10:08	8	10:08	
Arrivée	6.50	47:03	7:14	9	13:27	44	16:08	101.00	12:50:14	7:37	11	3:23:58	43	3:52:02	