



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

Exploitation détaillée

Dumke, Holger

Association: BSG WAZ Essen

Dossard: 3035

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Senioren M35

Temps total: 14:03:41

Vitesse: 7.18 km/h

Kilométrage: 8:21 min/km

Place par parcours/Total: 74 (de 79)

Place par parcours/Hommes: 61 (de 65)

Meilleur temps dans le parcours: 8:58:12

Place par catégorie: 5(de 5)

Meilleur temps dans la catégorie: 11:23:21

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 | 2:20:35 | 7:12 | 5 | 20:24 | 39 | 41:50 | 19.50 | 2:20:35 | 7:12 | 5 | 8:39 | 29 | 14:03 |
| Kühude | 20.50 | 2:32:36 | 7:26 | 5 | 29:47 | 59 | 48:13 | 40.00 | 4:53:11 | 7:19 | 5 | 32:45 | 29 | 26:20 |
| Rhein-Weser-Tur | 17.00 | 2:13:33 | 7:51 | 5 | 27:52 | 57 | 47:38 | 57.00 | 7:06:44 | 7:29 | 5 | 55:29 | 29 | 32:34 |
| Kühude | 17.00 | 2:35:13 | 9:07 | 5 | 33:09 | 61 | 1:03:58 | 74.00 | 9:41:57 | 7:51 | 5 | 1:28:38 | 29 | 53:04 |
| Nasse Wiese | 20.50 | 3:28:29 | 10:10 | 5 | 55:21 | 63 | 1:22:46 | 94.50 | 13:10:26 | 8:21 | 5 | 2:23:59 | 29 | 1:17:23 |
| Arrivée | 6.50 | 53:15 | 8:11 | 5 | 17:30 | 59 | 22:20 | 101.00 | 14:03:41 | 8:21 | 5 | 2:40:20 | 61 | 5:05:29 |