



## 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

### Exploitation détaillée

Lorenz, Michael

Association: Inden

Dossard: 196

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Senioren M55

Temps total: 12:47:56

Vitesse: 7.89 km/h

Kilométrage: 7:36 min/km

Place par parcours/Total: 48 (de 98)

Place par parcours/Hommes: 39 (de 84)

Meilleur temps dans le parcours: 8:25:02

Place par catégorie: 5(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 10:38:57

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place		Retard
	km	Temps				min/km	catg.		catg.Homme	Hommes			km	Temps	
Nasse Wiese	19.50	1:46:36	5:28	1	-	4	17:11	19.50	1:46:36	5:28	5		68		
Kühude	20.50	1:51:03	5:25	1	-	4	15:24	40.00	3:37:39	5:26	5		67		
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:44:57	6:10	1	-	10	32:12	57.00	5:22:36	5:39	5		67		
Kühude	17.00	2:39:19	9:22	11	50:56	75	1:12:08	74.00	8:01:55	6:30	5	22:23	68		
Nasse Wiese	20.50	3:24:33	9:58	11	1:02:42	75	1:29:34	94.50	11:26:28	7:15	5	1:25:05	64		
Ziel	6.50	1:21:28	12:31	11	43:54	81	53:11	101.00	12:47:56	7:36	5	2:08:59	39	4:22:54	