



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch  
 Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

Exploitation détaillée

Niederhofer, Stefan

Association: TuS Breckerfeld  
 Dossard: 1594

Circuit: 101.00 km  
 101 km Lauf

Catégorie:  
 Seniores M40

Temps total: 14:01:21

Vitesse: 7.20 km/h  
 Kilométrage: 8:20 min/km

Place par parcours/Total: 75 (de 98)  
 Place par parcours/Hommes: 62 (de 84)  
 Meilleur temps dans le parcours: 8:25:02  
 Place par catégorie: 10(de 13)  
 Meilleur temps dans la catégorie: 8:45:02

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

| Poste           | Temps    |             |              | Place       |              | Retard     |             | Total    |             |              | Place       |              | Retard     |             |
|-----------------|----------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------|-------------|----------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------|-------------|
|                 | 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    | 2:25:04     | 7:26         | 12          | 42:49        | 54         | 55:39       | 19.50    | 2:25:04     | 7:26         | 11          | 42:49        | 12         |             |
| Kühude          | 20.50    | 2:26:11     | 7:07         | 9           | 40:52        | 45         | 50:32       | 40.00    | 4:51:15     | 7:16         | 11          | 1:23:41      | 12         |             |
| Rhein-Weser-Tur | 17.00    | 2:05:02     | 7:21         | 8           | 41:05        | 38         | 52:17       | 57.00    | 6:56:17     | 7:18         | 11          | 2:04:46      | 12         |             |
| Kühude          | 17.00    | 2:42:11     | 9:32         | 12          | 1:15:00      | 80         | 1:15:00     | 74.00    | 9:38:28     | 7:49         | 11          | 3:19:46      | 12         |             |
| Nasse Wiese     | 20.50    | 3:21:08     | 9:48         | 11          | 1:23:05      | 73         | 1:26:09     | 94.50    | 12:59:36    | 8:14         | 10          | 4:42:51      | 12         | 21:50       |
| Ziel            | 6.50     | 1:01:45     | 9:30         | 12          | 33:28        | 74         | 33:28       | 101.00   | 14:01:21    | 8:19         | 10          | 5:16:19      | 62         | 5:36:19     |