



# 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

## Exploitation détaillée

**Albrecht, Frank**

Association: Menden

Dossard: 145

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Senioren M50

Temps total: 14:33:57

Vitesse: 6.93 km/h

Kilométrage: 8:39 min/km

Place par parcours/Total: 89 (de 98)

Place par parcours/Hommes: 76 (de 84)

Meilleur temps dans le parcours: 8:25:02

Place par catégorie: 21(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 9:37:03

### 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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Nasse Wiese	19.50	2:17:01	7:01	7	27:45	42	47:36	19.50	2:17:01	7:01	3			29
Kühude	20.50	2:36:04	7:36	18	43:01	67	1:00:25	40.00	4:53:05	7:19	3			29
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:28:14	8:43	21	54:42	76	1:15:29	57.00	7:21:19	7:44	3	2:51	29	2:51
Kühude	17.00	2:48:41	9:55	21	1:10:14	81	1:21:30	74.00	10:10:00	8:14	3	30:10	29	30:10
Nasse Wiese	20.50	3:26:06	10:03	20	1:17:50	76	1:31:07	94.50	13:36:06	8:38	3	58:20	28	58:20
Ziel	6.50	57:51	8:54	20	23:22	73	29:34	101.00	14:33:57	8:39	21	4:56:54	76	6:08:55