



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 |