



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

Exploitation détaillée

Donath, Lars

Association: ITC Team Germany
Dossard: 283

Circuit: 67.00 km
67 km Lauf

Catégorie:
Senioren M30

Temps total: 5:34:05

Vitesse: 12.03 km/h
Kilométrage: 4:59 min/km

Place par parcours/Total: 14 (de 80)
Place par parcours/Hommes: 14 (de 60)
Meilleur temps dans le parcours: 4:42:05
Place par catégorie: 2(de 4)
Meilleur temps dans la catégorie: 5:27:15

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Place		Retard	Total		Place	Retard	Place		Retard
	km	Temps			catg.	catg.		km	Temps			catg.	catg.	
Nasse Wiese	19.50	1:32:41	4:45	2	2:49	8	9:53	19.50	1:32:41	4:45	2	2:49	44	
Kühude	20.50	1:38:29	4:48	2	4:45	12	12:24	40.00	3:11:10	4:46	2	7:34	44	
Nasse Wiese	20.50	1:53:29	5:32	2	26:06	16	26:31	60.50	5:04:39	5:02	2	4:36	43	
Ziel	6.50	29:26	4:31	2	2:14	13	5:13	67.00	5:34:05	4:59	2	6:50	14	52:00