



# 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

## Exploitation détaillée

**Rose, Norbert**

Association: Lauffreunde Gremmendorf

Dossard: 518

Circuit: 42.00 km

42 km Lauf

Catégorie:

Senioren M45

Temps total: 4:32:02

Vitesse: 9.26 km/h

Kilométrage: 6:29 min/km

Place par parcours/Total: 21 (de 67)

Place par parcours/Hommes: 20 (de 55)

Meilleur temps dans le parcours: 3:03:07

Place par catégorie: 3(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 3:17:56

### 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 Hommes | Retard Hommes | Total km | Total Temps    | Total min/km | Place catg. | Retard catg. | Place Hommes | Retard Hommes |
| Nasse Wiese | 19.50                | 1:58:46     | 6:05         | 3           | 32:10             | 17           | 36:59         | 19.50    | 1:58:46        | 6:05         | 3           | 32:10        | 48           |               |
| Obersorpe   | 8.00                 | 50:24       | 6:17         | 4           | 13:38             | 30           | 16:30         | 27.50    | 2:49:10        | 6:09         | 3           | 45:48        | 48           |               |
| Ziel        | 14.50                | 1:42:52     | 7:05         | 3           | 28:18             | 20           | 35:26         | 42.00    | 4:32:02        | 6:28         | 3           | 1:14:06      | 20           | 1:28:55       |