



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

### Exploitation détaillée

tuna, manuel

Association: TSG Helberhausen  
Dossard: 233

Circuit: 101.00 km  
101 km Lauf

Catégorie:  
Senioren M45

Temps total: 8:25:02

Vitesse: 12.00 km/h  
Kilométrage: 5:00 min/km

Place par parcours/Total: 1 (de 98)  
Place par parcours/Hommes: 1 (de 84)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:25:02

Place par catégorie: 1(de 15)  
Meilleur temps dans la catégorie: 8:25:02

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	1:29:25	4:35	1	-	1	-	19.50	1:29:25	4:35	1	-	75		
Kühude	20.50	1:35:39	4:39	1	-	1	-	40.00	3:05:04	4:37	1	-	74		
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:24:09	4:57	1	-	3	11:24	57.00	4:29:13	4:43	1	-	74		
Kühude	17.00	1:29:58	5:17	1	-	3	2:47	74.00	5:59:11	4:51	1	-	75		
Nasse Wiese	20.50	1:54:59	5:36	1	-	1	-	94.50	7:54:10	5:01	1	-	72		
Ziel	6.50	30:52	4:44	1	-	2	2:35	101.00	8:25:02	5:00	1	-	1	-	