



## 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

### Exploitation détaillée

cyron, markus

Association: bochum

Dossard: 154

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Senioren M30

Temps total: 8:54:49

Vitesse: 11.33 km/h

Kilométrage: 5:18 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 98)

Place par parcours/Hommes: 3 (de 84)

Meilleur temps dans le parcours: 8:25:02

Place par catégorie: 1(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 8:54:49

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total	Total	Total	Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes	Hommes	catg.	catg.	Hommes				Hommes			
Nasse Wiese	19.50	1:39:37	5:06	1	-	2	10:12	19.50	1:39:37	5:06	1	-	62								
Kühude	20.50	1:58:37	5:47	1	-	8	22:58	40.00	3:38:14	5:27	1	-	62								
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:12:45	4:16	1	-	1	-	57.00	4:50:59	5:06	1	-	62								
Kühude	17.00	1:29:39	5:16	1	-	2	2:28	74.00	6:20:38	5:08	1	-	62								
Nasse Wiese	20.50	2:03:14	6:00	1	-	3	8:15	94.50	8:23:52	5:19	1	-	60								
Ziel	6.50	30:57	4:45	1	-	3	2:40	101.00	8:54:49	5:17	1	-	3	29:47							