



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 | | Place | Retard | Place | | Retard | Total | | Total | Total | Place | Retard | Place | Retard |
|-----------------|-------|---------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|---------|-------|-------|-------|--------|-------|--------|
| | km | Temps | | | min/km | catg. | | catg. | 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 | |