



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

Detalizēti rezultāti

Nolte, Frank

Klubs: Schattenläufer Nörten

Numurs: 1837

Posms: 101.00 km

101 km Lauf

Grupa:

Senioren M45

Kopējais laiks: 12:17:34

Ātrums: 8.22 km/h

Skrējiena izpildījums: 7:18 min/km

Vieta distancē/Kopā: 22 (no 45)

Vieta distancē/Vīrieši: 22 (no 44)

Distances labākais laiks: 9:03:40

Vieta grupā: 5(no 10)

Grupas labākais laiks: 9:45:04

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkums: Vīrieši	Vietāztrūkums: Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vietāztrūkums: Vīrieši	Vietāztrūkums: Vīrieši
Nasse Wiese	19.50	2:16:10	6:58	7	33:52	31	33:52	19.50	2:16:10	6:58	6	33:52	2	0:26
Kühude	20.50	2:17:30	6:42	7	32:07	25	36:01	40.00	4:33:40	6:50	6	1:05:59	1	-
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:57:18	6:53	5	19:04	22	36:19	57.00	6:30:58	6:51	6	1:25:03	2	
Kühude	17.00	2:07:48	7:31	4	20:00	20	41:00	74.00	8:38:46	7:00	5	1:45:03	12	
Nasse Wiese	20.50	2:59:11	8:44	6	46:43	27	55:49	94.50	11:37:57	7:23	5	2:25:56	12	
finišs	6.50	39:37	6:05	3	6:34	16	9:31	101.00	12:17:34	7:18	5	2:32:30	22	3:13:54