



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

evaluación detallada

Pawzik, Heike

Asociación: LG Nord Berlin

Dorsal: 3074

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Seniorinnen W50

tiempo total: 13:58:20

velocidad: 7.23 km/h

rendimiento en carrera: 8:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 73 (de 79)

posición en el recorrido/Women: 13 (de 14)

mejor tiempo del recorrido: 9:49:17

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 11:23:21

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapaposició retraso				Total		Total					
	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso
				categoria	categoria	Women	Women				categoria	categoria	Women	Women
Nasse Wiese	19.50	2:29:46	7:40	3	25:51	14	32:03	19.50	2:29:46	7:40	3	25:51	13	32:03
Kühude	20.50	2:46:03	8:06	3	35:45	14	51:01	40.00	5:15:49	7:53	3	1:01:36	13	1:23:04
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:17:17	8:04	3	20:25	13	41:25	57.00	7:33:06	7:56	3	1:22:01	13	2:04:29
Kühude	17.00	2:22:15	8:22	3	19:43	12	44:29	74.00	9:55:21	8:02	3	1:41:44	13	2:48:58
Nasse Wiese	20.50	3:10:50	9:18	3	36:17	12	1:00:18	94.50	13:06:11	8:19	3	2:17:51	13	3:49:16
meta	6.50	52:09	8:01	3	17:08	12	19:47	101.00	13:58:20	8:18	3	2:34:59	13	4:09:03