



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Exploitation détaillée

Pawzik, Heike

Association: LG Nord Berlin

Dossard: 623

Circuit: 101.00 km

101 km Lauf

Catégorie:

Frauen W45

Temps total: 12:51:45

Vitesse: 7.85 km/h

Kilométrage: 7:38 min/km

Place par parcours/Total: 42 (de 59)

Place par parcours/Femmes: 3 (de 7)

Meilleur temps dans le parcours: 11:19:33

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 12:51:45

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	
Nasse Wiese	19.50	2:25:07	7:26	1	-	6	14:57	19.50	2:25:07	7:26	1	-	3	14:38															
Kühude	20.50	2:33:02	7:27	1	-	6	16:37	40.00	4:58:09	7:27	1	-	3	31:15															
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:08:57	7:35	1	-	4	10:18	57.00	7:07:06	7:29	1	-	3	41:33															
Kühude	17.00	2:09:55	7:38	1	-	3	18:24	74.00	9:17:01	7:31	1	-	3	59:57															
Nasse Wiese	20.50	2:47:15	8:09	1	-	4	19:35	94.50	12:04:16	7:39	1	-	3	1:19:32															
Arrivée	6.50	47:29	7:18	1	-	5	12:40	101.00	12:51:45	7:38	1	-	3	1:32:12															