



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch  
Bödefeld / 11.05.2013

### Exploitation détaillée

**Wojtaszek, Olaf**

Association: Plettenberg  
Dossard: 3131

Circuit: 101.00 km  
101 km Lauf

Catégorie:  
Senioren M45

Temps total: 11:24:16

Vitesse: 8.86 km/h  
Kilométrage: 6:46 min/km

Place par parcours/Total: 25 (de 79)  
Place par parcours/Hommes: 20 (de 65)  
Meilleur temps dans le parcours: 8:58:12  
Place par catégorie: 5(de 18)  
Meilleur temps dans la catégorie: 9:26:16

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard		Place	Retard		Total		Place	Retard		
	km	Temps		catg.	catg.Homm		catg.Homm	catg.Homm	km	Temps		min/km	catg.	catg.Homm
Nasse Wiese	19.50	1:57:31	6:01	2	18:45	8	18:46	19.50	1:57:31	6:01	15		53	
Kühude	20.50	2:03:23	6:01	4	18:50	13	19:00	40.00	4:00:54	6:01	15		53	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:51:22	6:33	5	20:57	19	25:27	57.00	5:52:16	6:10	15		53	
Kühude	17.00	1:57:23	6:54	5	16:16	18	26:08	74.00	7:49:39	6:20	15		53	
Nasse Wiese	20.50	2:53:35	8:28	8	38:17	31	47:52	94.50	10:43:14	6:48	15		53	
Arrivée	6.50	41:02	6:18	6	7:26	30	10:07	101.00	11:24:16	6:46	5	1:58:00	20	2:26:04