



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

Poste	Temps intermédiaires							Résultats d'étape				Résultat total			
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes	
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	