



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

Exploitation détaillée

Pawzik, Heike

Association: LG Nord Berlin
Dossard: 3074

Circuit: 101.00 km
101 km Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W50

Temps total: 13:58:20

Vitesse: 7.23 km/h
Kilométrage: 8:18 min/km

Place par parcours/Total: 73 (de 79)
Place par parcours/Femmes: 13 (de 14)
Meilleur temps dans le parcours: 9:49:17

Place par catégorie: 3(de 3)
Meilleur temps dans la catégorie: 11:23:21

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total						
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
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
Arrivée	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