



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

Detailauswertung

Ahlers, Christian

Verein: laufen & saufen  
Startnummer: 2357

Strecke: 21,00 km  
21 km Lauf

Kategorie:  
Senioren M30

Gesamt-Zeit: 2:09:03

Geschwindigkeit: 9,76 km/h  
Laufleistung: 6:09 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 30 (von 63)  
Strecken-Platzierung/Männer: 25 (von 47)  
Bestzeit der Strecke: 1:32:40

Kategorie-Platzierung: 3(von 4)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:44:49