



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

Exploitation détaillée

Ahlert de Graat, Jörg

Association: TSV 1863 Herdecke  
Dossard: 2447

Circuit: 21.00 km  
21 km Lauf

Catégorie:  
Senioren M45

Temps total: 2:07:33

Vitesse: 9.88 km/h  
Kilométrage: 6:04 min/km

Place par parcours/Total: 24 (de 63)  
Place par parcours/Hommes: 19 (de 47)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:32:40  
Place par catégorie: 5(de 12)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:52:54