



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Wagner, Thomas

□□: Spiridon Frankfurt

□□: 3022

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 5:24:11

□□: 12.40 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 46)

□□□□□/□: 3 (of 37)

□□□□□□: 5:06:44

□□□□□: 2(of 7)

□□□□□□□: 5:06:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:37:30	5:00	2	7:30	2	7:30	19.50	1:37:30	5:00	2	7:30	22		
Kühude	20.50	1:34:52	4:37	2	2:33	3	4:31	40.00	3:12:22	4:48	2	10:03	22		
Nasse Wiese	20.50	1:43:48	5:03	2	6:02	4	7:23	60.50	4:56:10	4:53	2	16:05	22		
□□	6.50	28:01	4:18	2	1:22	3	1:22	67.00	5:24:11	4:50	2	17:27	3	17:27	