



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

□□□□

Baumhoff, Jürgen

□□□: 3:09:35

□□: Trail-Team-Sauerland

□□: 13.29 km/h

□□: 2816

□□□□: 4:31 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 1 (of 56)

42 km Lauf

□□□□□/□: 1 (of 46)

□□□□□□: 3:09:35

□□□□:

□□□□□: 1(of 7)

Senioren M45

□□□□□□□: 3:09:35

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|-------------|-------|---------|--------|----|----|----|-------|-------|---------|--------|----|----|----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Nasse Wiese | 19.50 | 1:23:54 | 4:18 | 1 | - | 2 | 43:23 | 19.50 | 1:23:54 | 4:18 | 1 | - | 35 | 43:23 |
| □□ | 22.50 | 1:45:41 | 4:41 | 1 | - | 1 | - | 42.00 | 3:09:35 | 4:30 | 1 | - | 1 | - |