



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Trems, Torsten

□□: Central-Team.de

□□: 3019

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M35

□□□: 5:43:07

□□: 11.72 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 46)

□□□□□/□: 4 (of 37)

□□□□□□: 5:06:44

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 5:43:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:46:20	5:27	1	-	4	16:20	19.50	1:46:20	5:27	1	-	-	23	
Kühude	20.50	1:30:21	4:24	1	-	1	-	40.00	3:16:41	4:55	1	-	-	23	
Nasse Wiese	20.50	1:52:13	5:28	1	-	5	15:48	60.50	5:08:54	5:06	1	-	-	23	
□□	6.50	34:13	5:15	2	0:46	11	7:34	67.00	5:43:07	5:07	1	-	-	4	36:23