



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Rewig, Adrian

□□: Tri Team Hagen

□□: 3008

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M30

□□□: 6:31:49

□□: 10.26 km/h

□□□□: 5:51 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 46)

□□□□□/□: 8 (of 37)

□□□□□□: 5:06:44

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 6:31:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:59:12	6:06	1	-	13	29:12	19.50	1:59:12	6:06	1	-	27		
Kühude	20.50	1:53:37	5:32	1	-	6	23:16	40.00	3:52:49	5:49	1	-	27		
Nasse Wiese	20.50	2:05:07	6:06	1	-	7	28:42	60.50	5:57:56	5:54	1	-	27		
□□	6.50	33:53	5:12	1	-	10	7:14	67.00	6:31:49	5:50	1	-	8	1:25:05	