



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Jansen, Martin

□□: www.weitgereister.de

□□: 2723

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M35

□□□: 4:05:03

□□: 10.28 km/h

□□□□: 5:50 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 56)

□□□□□/□: 11 (of 46)

□□□□□□: 3:09:35

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 4:05:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Nasse Wiese	19.50	1:44:30	5:21	1	-	8	1:03:59	19.50	1:44:30	5:21	1	-	34	1:03:59
□□	22.50	2:20:33	6:14	1	-	15	34:52	42.00	4:05:03	5:50	1	-	11	55:28