



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Blome, Uwe

□□□: 4:06:19

□□: SSV Allendorf

□□: 10.23 km/h

□□: 2713

□□□□: 5:52 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 13 (of 56)

42 km Lauf

□□□□□/□: 13 (of 46)

□□□□:

□□□□□: 1(of 5)

Senioren M55

□□□□□□□: 4:06:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Nasse Wiese	19.50	1:53:10	5:48	1	-	17	1:12:39	19.50	1:53:10	5:48	1	-	36	1:12:39
□□	22.50	2:13:09	5:55	1	-	10	27:28	42.00	4:06:19	5:51	1	-	13	56:44