



# 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Ollig, Arndt

□□: Sengbach Trail Team

□□: 3072

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M50

□□□: 6:49:54

□□: 9.81 km/h

□□□□: 6:07 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 46)

□□□□□/□: 12 (of 37)

□□□□□□: 5:06:44

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 6:25:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:55:31	5:55	2	8:45	9	25:31	19.50	1:55:31	5:55	2	8:45	31		
Kühude	20.50	2:02:46	5:59	2	5:34	13	32:25	40.00	3:58:17	5:57	2	14:19	31		
Nasse Wiese	20.50	1:41:34	4:57	1	-	3	5:09	60.50	5:39:51	5:37	2		31		
□□	6.50	1:10:03	10:46	6	38:50	37	43:24	67.00	6:49:54	6:07	2	24:02	12	1:43:10	