



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Schreiber, Jörg

□□□: 4:48:45

□□: Trailrunning Hinterland

□□: 8.73 km/h

□□: 2813

□□□□: 6:53 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 30 (of 56)

42 km Lauf

□□□□□/□: 28 (of 46)

□□□□□□: 3:09:35

□□□□:

□□□□□: 5(of 8)

Senioren M40

□□□□□□□: 3:18:58

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|-------------|-------|---------|--------|----|-------|----|---------|-------|---------|--------|----|---------|----|---------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Nasse Wiese | 19.50 | 2:16:04 | 6:58 | 7 | 43:08 | 36 | 1:35:33 | 19.50 | 2:16:04 | 6:58 | 5 | 43:04 | 6 | 1:35:33 |
| □□ | 22.50 | 2:32:41 | 6:47 | 5 | 46:43 | 25 | 47:00 | 42.00 | 4:48:45 | 6:52 | 5 | 1:29:47 | 28 | 1:39:10 |