



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Diekmann, Tatjana

□□: Helios-Iron-Team

□□: 2986

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45

□□□: 7:27:33

□□: 8.98 km/h

□□□□: 6:41 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 46)

□□□□□/□: 3 (of 9)

□□□□□□: 6:51:38

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 6:51:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:18:04	7:04	2	10:29	3	10:29	19.50	2:18:04	7:04	2	10:29	2	10:29
Kühude	20.50	2:12:34	6:28	3	10:30	3	10:30	40.00	4:30:38	6:45	3	20:59	3	20:59
Nasse Wiese	20.50	2:21:11	6:53	2	11:45	2	11:45	60.50	6:51:49	6:48	3	32:44	3	32:44
□□	6.50	35:44	5:29	3	3:11	3	3:11	67.00	7:27:33	6:40	3	35:55	3	35:55