



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Holst, Hansi

□□□: 4:59:00

□□: DUV / Endorphinjunkies Dortmund

□□: 8.43 km/h

□□: 2998

□□□□: 7:07 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 37 (of 56)

42 km Lauf

□□□□□/□: 35 (of 46)

□□□□:

□□□□□: 3:09:35

Senioren M50

□□□□□: 12(of 17)

□□□□□□□: 3:40:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Nasse Wiese	19.50	40:31	2:04	1	-	1	-	19.50	40:31	2:04	12	-	1	-
□□	22.50	4:18:29	11:29	16	2:14:40	45	2:32:48	42.00	4:59:00	7:07	12	1:18:42	35	1:49:25