



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Koschlitzki, Norbert

□□□: 4:59:13

□□: Eintracht Duisburg

□□: 8.42 km/h

□□: 2817

□□□□: 7:07 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 39 (of 56)

42 km Lauf

□□□□□/□: 37 (of 46)

□□□□:

□□□□□: 3:09:35

Senioren M50

□□□□□: 14(of 17)

□□□□□□□: 3:40:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Nasse Wiese	19.50	2:14:32	6:53	13	1:34:01	35	1:34:01	19.50	2:14:32	6:53	14	38:03	15	1:34:01
□□	22.50	2:44:41	7:19	12	40:52	34	59:00	42.00	4:59:13	7:07	14	1:18:55	37	1:49:38