



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Hansen, Rene

□□□: 7:34:09

□□: laufsohle.de

□□: 8.85 km/h

□□: 2993

□□□□: 6:47 min/km

□□: 67.00 km

□□□□□/□□□: 24 (of 46)

67 km Lauf

□□□□□/□: 21 (of 37)

□□□□□□: 5:06:44

□□□□:

□□□□□: 6(of 7)

Senioren M45

□□□□□□□: 5:06:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:18:00	7:04	6	48:00	23	48:00	19.50	2:18:00	7:04	6	48:00	3	
Kühude	20.50	2:12:33	6:27	6	40:14	20	42:12	40.00	4:30:33	6:45	6	1:28:14	3	
Nasse Wiese	20.50	2:24:21	7:02	5	46:35	18	47:56	60.50	6:54:54	6:51	6	2:14:49	3	
□□	6.50	39:15	6:02	6	12:36	22	12:36	67.00	7:34:09	6:46	6	2:27:25	21	2:27:25