



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Decius, Karl-Walter

□□□: 5:11:44

□□: Trail Team OWL

□□: 8.08 km/h

□□: 2715

□□□□: 7:25 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 41 (of 56)

42 km Lauf

□□□□□/□: 38 (of 46)

□□□□:

□□□□□: 3(of 3)

Senioren M60

□□□□□□□: 4:27:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Nasse Wiese	19.50	2:08:24	6:35	3	2:38	29	1:27:53	19.50	2:08:24	6:35	3	2:38	16	1:27:53
□□	22.50	3:03:20	8:08	3	42:00	43	1:17:39	42.00	5:11:44	7:25	3	44:38	38	2:02:09