



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch
 Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Fensky, Ulrich

□□: aachen

□□: 2988

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M60

□□□: 9:14:54

□□: 7.24 km/h

□□□□: 8:17 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 46)

□□□□□/□: 35 (of 37)

□□□□□□: 5:06:44

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 7:00:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:32:13	7:48	2	31:55	36	1:02:13	19.50	2:32:13	7:48	2	31:55	17	13:42
Kühude	20.50	2:37:48	7:41	3	29:47	35	1:07:27	40.00	5:10:01	7:45	2	1:01:42	17	38:08
Nasse Wiese	20.50	3:10:22	9:17	2	53:27	35	1:33:57	60.50	8:20:23	8:16	2	1:55:09	17	1:06:39
□□	6.50	54:31	8:23	3	19:15	35	27:52	67.00	9:14:54	8:16	2	2:14:24	35	4:08:10