



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Stader, Claudia

□□: Team Campana

□□: 3086

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40

□□□: 10:26:24

□□: 9.67 km/h

□□□□: 6:12 min/km

□□□□□/□□□: 9 (of 79)

□□□□□/□: 2 (of 14)

□□□□□□: 9:49:17

□□□□□: 1(of 2)

□□□□□□□: 10:26:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:59:51	6:08	1	-	2	2:08	19.50	1:59:51	6:08	1	-	2	2:08	
Kühude	20.50	2:00:26	5:52	1	-	2	5:24	40.00	4:00:17	6:00	1	-	2	7:32	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:47:05	6:17	1	-	4	11:13	57.00	5:47:22	6:05	1	-	2	18:45	
Kühude	17.00	1:47:19	6:18	1	-	2	9:33	74.00	7:34:41	6:08	1	-	2	28:18	
Nasse Wiese	20.50	2:13:17	6:30	1	-	2	2:45	94.50	9:47:58	6:13	1	-	2	31:03	
□□	6.50	38:26	5:54	1	-	3	6:04	101.00	10:26:24	6:12	1	-	2	37:07	