



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Pirl, Andreas

□□: Leichlingen

□□: 3076

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M35

□□□: 11:25:36

□□: 8.84 km/h

□□□□: 6:47 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 79)

□□□□□/□: 21 (of 65)

□□□□□□: 8:58:12

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 11:23:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:02:08	6:15	2	1:57	14	23:23	19.50	2:02:08	6:15	2		54	
Kühude	20.50	2:10:24	6:21	3	7:35	22	26:01	40.00	4:12:32	6:18	2		54	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:45:41	6:13	1	-	10	19:46	57.00	5:58:13	6:17	2		54	
Kühude	17.00	2:02:55	7:13	2	0:51	27	31:40	74.00	8:01:08	6:30	2		54	
Nasse Wiese	20.50	2:48:43	8:13	2	15:35	25	43:00	94.50	10:49:51	6:52	2	3:24	54	
□□	6.50	35:45	5:30	1	-	10	4:50	101.00	11:25:36	6:47	2	2:15	21	2:27:24