



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Pirl, Stephan

□□: Dietzenbach

□□: 3077

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M35

□□□: 11:39:21

□□: 8.67 km/h

□□□□: 6:55 min/km

□□□□□/□□□: 28 (of 79)

□□□□□/□: 23 (of 65)

□□□□□□: 8:58:12

□□□□□: 3(of 5)

□□□□□□□: 11:23:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:00:11	6:09	1	-	11	21:26	19.50	2:00:11	6:09	3	-	56	
Kühude	20.50	2:02:49	5:59	1	-	12	18:26	40.00	4:03:00	6:04	3	-	56	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:52:19	6:36	3	6:38	25	26:24	57.00	5:55:19	6:14	3	-	56	
Kühude	17.00	2:06:07	7:25	3	4:03	29	34:52	74.00	8:01:26	6:30	3	-	56	
Nasse Wiese	20.50	2:53:48	8:28	3	20:40	32	48:05	94.50	10:55:14	6:56	3	8:47	56	
□□	6.50	44:07	6:47	4	8:22	37	13:12	101.00	11:39:21	6:55	3	16:00	23	2:41:09