



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Hackenthal, Matthias

□□□: 12:05:51

□□: Berlin

□□: 8.35 km/h

□□: 3044

□□□□: 7:11 min/km

□□: 101.00 km

□□□□□/□□□: 34 (of 79)

101 km Lauf

□□□□□/□: 29 (of 65)

□□□□□□: 8:58:12

□□□□:

□□□□□: 10(of 20)

Senioren M50

□□□□□□□: 10:50:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:11:32	6:44	6	18:25	26	32:47	19.50	2:11:32	6:44	12			62	5:00
Kühude	20.50	2:13:46	6:31	9	13:00	28	29:23	40.00	4:25:18	6:37	12			62	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:59:15	7:00	10	13:34	31	33:20	57.00	6:24:33	6:44	12			62	
Kühude	17.00	2:09:01	7:35	12	23:50	35	37:46	74.00	8:33:34	6:56	12			62	
Nasse Wiese	20.50	2:49:35	8:16	9	21:32	27	43:52	94.50	11:23:09	7:13	12			62	
□□	6.50	42:42	6:34	10	11:47	34	11:47	101.00	12:05:51	7:11	10	1:15:38	29	3:07:39	