



# 7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Mücke, Edgar

□□: SG Neunkirchen a. Br.

□□: 3068

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M55

□□□: 12:15:56

□□: 8.23 km/h

□□□□: 7:17 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 79)

□□□□□/□: 33 (of 65)

□□□□□□: 8:58:12

□□□□□: 4(of 7)

□□□□□□□: 11:00:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:12:03	6:46	2	2:45	28	33:18	19.50	2:12:03	6:46	4			18	5:31
Kühude	20.50	2:19:32	6:48	3	13:04	36	35:09	40.00	4:31:35	6:47	4	12:55	18	4:44	
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:02:41	7:13	5	13:10	36	36:46	57.00	6:34:16	6:55	4	26:05	18	0:06	
Kühude	17.00	2:10:59	7:42	4	17:32	36	39:44	74.00	8:45:15	7:05	4	43:37	18		
Nasse Wiese	20.50	2:48:22	8:12	3	25:28	24	42:39	94.50	11:33:37	7:20	4	1:09:05	18		
□□	6.50	42:19	6:30	5	6:13	32	11:24	101.00	12:15:56	7:17	4	1:15:18	33	3:17:44	