



7. Bödefelder Hollenlauf, 9. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 11.05.2013

□□□□

Ley, Jürgen

□□: central-team.de

□□: 3005

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M40

□□□: 5:20:45

□□: 12.53 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 46)

□□□□□/□: 2 (of 37)

□□□□□□: 5:06:44

□□□□□: 1(of 11)

□□□□□□□: 5:20:45

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Nasse Wiese | 19.50 | 1:37:51 | 5:01 | 1 | - | 3 | 7:51 | 19.50 | 1:37:51 | 5:01 | 1 | - | 21 | | |
| Kühude | 20.50 | 1:38:35 | 4:48 | 1 | - | 4 | 8:14 | 40.00 | 3:16:26 | 4:54 | 1 | - | 21 | | |
| Nasse Wiese | 20.50 | 1:36:25 | 4:42 | 1 | - | 1 | - | 60.50 | 4:52:51 | 4:50 | 1 | - | 21 | | |
| □□ | 6.50 | 27:54 | 4:17 | 1 | - | 2 | 1:15 | 67.00 | 5:20:45 | 4:47 | 1 | - | 2 | 14:01 | |