



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Allenstein, Peter

□□□: 7:08:41

□□: Laufteam Sportland Dornberg

□□: 9.38 km/h

□□: 710

□□□□: 6:24 min/km

□□: 67.00 km

□□□□□/□□□: 16 (of 52)

67 km Lauf

□□□□□/□: 16 (of 45)

□□□□:

□□□□□: 4(of 13)

Männer M45

□□□□□□□: 5:42:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:55:49	5:56	2	10:18	10	17:47	19.50	1:55:49	5:56	4	10:18	39		
Kühude	20.50	2:02:24	5:58	2	10:19	11	19:41	40.00	3:58:13	5:57	4	20:37	39		
Nasse Wiese	20.50	2:29:43	7:18	6	51:39	23	51:39	60.50	6:27:56	6:24	4	1:12:16	39		
□□	6.50	40:45	6:16	8	14:23	28	14:23	67.00	7:08:41	6:23	4	1:26:39	16	1:26:39	