



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Sons, Sandra

□□: Velbert

□□: 739

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Frauen W40

□□□: 7:17:12

□□: 9.19 km/h

□□□□: 6:32 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 52)

□□□□□/□: 1 (of 7)

□□□□□□: 7:17:12

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 7:17:12

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Nasse Wiese | 19.50 | 2:06:41 | 6:29 | 1 | - | 1 | - | 19.50 | 2:06:41 | 6:29 | 1 | - | 1 | - | |
| Kühude | 20.50 | 2:11:24 | 6:24 | 1 | - | 1 | - | 40.00 | 4:18:05 | 6:27 | 1 | - | 1 | - | |
| Nasse Wiese | 20.50 | 2:21:44 | 6:54 | 1 | - | 1 | - | 60.50 | 6:39:49 | 6:36 | 1 | - | 1 | - | |
| □□ | 6.50 | 37:23 | 5:45 | 1 | - | 1 | - | 67.00 | 7:17:12 | 6:31 | 1 | - | 1 | - | |