



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Schikorr, Lothar

□□□: 5:07:48

□□: Marl

□□: 8.19 km/h

□□: 790

□□□□: 7:20 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 26 (of 36)

42 km Lauf

□□□□□/□: 23 (of 30)

□□□□□□: 3:40:13

□□□□:

□□□□□: 6(of 7)

Männer M45

□□□□□□□: 3:48:13

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Nasse Wiese	19.50	2:15:54	6:58	5	31:26	22	40:02	19.50	2:15:54	6:58	6	31:26	8	
Obersorpe	6.50	56:34	8:42	6	16:30	22	17:05	26.00	3:12:28	7:24	6	47:56	8	1:01
□□	16.00	1:55:20	7:12	6	31:39	21	35:17	42.00	5:07:48	7:19	6	1:19:35	23	3:20:48