



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Lux, Christop

□□: TG Viktoria Augsburg

□□: 669

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Männer M30

□□□: 8:39:26

□□: 11.67 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 59)

□□□□□/□: 2 (of 52)

□□□□□□: 8:09:44

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 8:39:26

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:39:07	5:04	1	-	2	10:25	19.50	1:39:07	5:04	1	-	28	
Kühude	20.50	1:41:34	4:57	1	-	3	8:30	40.00	3:20:41	5:01	1	-	28	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:26:48	5:06	1	-	3	5:46	57.00	4:47:29	5:02	1	-	28	
Kühude	17.00	1:29:18	5:15	1	-	2	1:29	74.00	6:16:47	5:05	1	-	28	
Nasse Wiese	20.50	1:54:03	5:33	1	-	2	3:00	94.50	8:10:50	5:11	1	-	28	
□□	6.50	28:36	4:24	1	-	2	0:32	101.00	8:39:26	5:08	1	-	2	29:42