



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Seidl, Michael

□□: TG Viktoria Augsburg

□□: 643

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 12:25:07

□□: 8.13 km/h

□□□□: 7:23 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 59)

□□□□□/□: 33 (of 52)

□□□□□□: 8:09:44

□□□□□: 8(of 10)

□□□□□□□: 8:56:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:51:39	5:43	6	12:18	15	22:57	19.50	1:51:39	5:43	8	12:18	7	
Kühude	20.50	2:08:39	6:16	6	27:08	17	35:35	40.00	4:00:18	6:00	8	39:26	7	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:57:55	6:56	7	31:15	22	36:53	57.00	5:58:13	6:17	8	1:10:41	7	
Kühude	17.00	2:16:52	8:03	8	47:34	41	49:03	74.00	8:15:05	6:41	8	1:58:15	7	
Nasse Wiese	20.50	3:23:08	9:54	10	1:18:53	50	1:32:05	94.50	11:38:13	7:23	8	3:17:08	7	
□□	6.50	46:54	7:12	9	14:44	42	18:50	101.00	12:25:07	7:22	8	3:28:09	33	4:15:23