



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Preetz, Udo

□□: LT Mythos Stolberg

□□: 627

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Männer M60

□□□: 13:01:17

□□: 7.76 km/h

□□□□: 7:44 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 59)

□□□□□/□: 42 (of 52)

□□□□□□: 8:09:44

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 13:01:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:12:34	6:47	1	-	38	43:52	19.50	2:12:34	6:47	1	-	16	2:59
Kühude	20.50	2:19:49	6:49	1	-	37	46:45	40.00	4:32:23	6:48	1	-	16	
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:07:12	7:28	2	4:02	39	46:10	57.00	6:39:35	7:00	1	-	16	
Kühude	17.00	2:31:26	8:54	3	12:22	46	1:03:37	74.00	9:11:01	7:26	1	-	16	8:42
Nasse Wiese	20.50	3:06:16	9:05	2	19:24	44	1:15:13	94.50	12:17:17	7:48	1	-	16	16:02
□□	6.50	44:00	6:46	3	0:48	34	15:56	101.00	13:01:17	7:44	1	-	42	4:51:33