



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Schüler, Rolf

□□: LC Eschenburg

□□: 1794

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 5:13:39

□□: 12.82 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 6 (of 118)

□□□□□/□: 6 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 1(of 24)

□□□□□□□: 5:13:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:29:44	4:36	1	-	6	3:27	19.50	1:29:44	4:36	13	-	66	
Kühude	20.50	1:30:56	4:26	1	-	4	3:06	40.00	3:00:40	4:30	13	-	66	
Nasse Wiese	20.50	1:45:29	5:08	2	7:25	6	14:18	60.50	4:46:09	4:43	13	-	65	
□□	6.50	27:30	4:13	2	0:49	5	2:22	67.00	5:13:39	4:40	1	-	6	21:54