



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Schäfer, Jürgen

□□: LuT Aschaffenburg

□□: 1365

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 5:42:45

□□: 11.73 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 118)

□□□□□/□: 11 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 5(of 24)

□□□□□□□: 5:13:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:36:55	4:58	4	7:11	11	10:38	19.50	1:36:55	4:58	20		61	
Kühude	20.50	1:40:48	4:55	5	9:52	11	12:58	40.00	3:17:43	4:56	20		61	
Nasse Wiese	20.50	1:48:59	5:18	5	10:55	11	17:48	60.50	5:06:42	5:04	20		60	
□□	6.50	36:03	5:32	12	9:22	46	10:55	67.00	5:42:45	5:06	5	29:06	11	51:00