



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Madry, Norbert

□□: SF Blau-Gelb Marburg

□□: 1344

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M55

□□□: 6:12:54

□□: 10.78 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 118)

□□□□□/□: 25 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 4(of 10)

□□□□□□□: 5:53:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:47:20	5:30	5	3:37	28	21:03	19.50	1:47:20	5:30	4	3:37	94	
Kühude	20.50	1:50:52	5:24	4	5:27	27	23:02	40.00	3:38:12	5:27	4	8:50	93	
Nasse Wiese	20.50	2:00:48	5:53	4	6:50	22	29:37	60.50	5:39:00	5:36	4	15:40	92	
□□	6.50	33:54	5:12	6	5:01	35	8:46	67.00	6:12:54	5:33	4	19:14	25	1:21:09