



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Frenz, Michael

□□: LG Mauerweg e.V.

□□: 1316

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M40

□□□: 6:25:46

□□: 10.42 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 118)

□□□□□/□: 31 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 7(of 20)

□□□□□□□: 4:58:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:50:38	5:40	9	23:05	34	24:21	19.50	1:50:38	5:40	14	4:47	88	
Kühude	20.50	1:51:47	5:27	7	23:57	30	23:57	40.00	3:42:25	5:33	14		87	
Nasse Wiese	20.50	2:05:26	6:07	7	28:41	29	34:15	60.50	5:47:51	5:44	14		86	
□□	67.00	6:25:46	5:45	7	1:27:35	31	1:34:01							