



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

## Röthlingshöfer, Willfried

□□: Ipsheim

□□: 1363

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 6:26:23

□□: 10.40 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 34 (of 118)

□□□□□/□: 32 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 10(of 24)

□□□□□□□: 5:13:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:53:01	5:47	10	23:17	38	26:44	19.50	1:53:01	5:47	15			87	
Kühude	20.50	1:53:51	5:33	10	22:55	34	26:01	40.00	3:46:52	5:40	15			86	
Nasse Wiese	20.50	2:04:57	6:05	9	26:53	27	33:46	60.50	5:51:49	5:48	15			85	
□□	6.50	34:34	5:19	10	7:53	39	9:26	67.00	6:26:23	5:46	10	1:12:44	32	1:34:38	