



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Gerigk, Christoph

□□: TV Beckum

□□: 1757

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Männer

□□□: 6:27:39

□□: 10.37 km/h

□□□□: 5:47 min/km

□□□□□/□□□: 36 (of 118)

□□□□□/□: 33 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 5:01:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:47:22	5:30	3	21:05	29	21:05	19.50	1:47:22	5:30	3	15:57	86		
Kühude	20.50	1:48:23	5:17	3	19:11	23	20:33	40.00	3:35:45	5:23	3	32:36	85		
Nasse Wiese	20.50	2:17:58	6:43	4	45:21	43	46:47	60.50	5:53:43	5:50	3	1:17:57	84		
□□	6.50	33:56	5:13	4	8:24	36	8:48	67.00	6:27:39	5:47	3	1:26:21	33	1:35:54	