



**Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch**  
 Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

**Schuster, Ralf**

□□: TC Kray 1892 e.V.

□□: 1776

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M50

□□□: 6:41:05

□□: 10.02 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 118)

□□□□□/□: 37 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 6(of 16)

□□□□□□□: 5:11:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:58:54	6:05	9	31:16	51	32:37	19.50	1:58:54	6:05	6	31:16	81	
Kühude	20.50	1:57:56	5:45	7	26:52	39	30:06	40.00	3:56:50	5:55	6	58:08	80	
Nasse Wiese	20.50	2:09:32	6:19	5	25:59	33	38:21	60.50	6:06:22	6:03	6	1:24:07	80	
□□	6.50	34:43	5:20	9	5:15	41	9:35	67.00	6:41:05	5:59	6	1:29:22	37	1:49:20