



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Hohm, Martin

□□: TSV Pflaumheim

□□: 1762

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M50

□□□: 6:51:22

□□: 9.77 km/h

□□□□: 6:08 min/km

□□□□□/□□□: 47 (of 118)

□□□□□/□: 42 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 9(of 16)

□□□□□□□: 5:11:43

□□□□

□□□□

□□□

| □□□         | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Nasse Wiese | 19.50    | 2:00:28  | 6:10         | 11      | 32:50   | 54      | 34:11   | 19.50 | 2:00:28   | 6:10          | 9       | 32:50   | 76      |         |
| Kühude      | 20.50    | 2:05:36  | 6:07         | 10      | 34:32   | 50      | 37:46   | 40.00 | 4:06:04   | 6:09          | 9       | 1:07:22 | 75      | 1:40    |
| Nasse Wiese | 20.50    | 2:13:36  | 6:31         | 7       | 30:03   | 39      | 42:25   | 60.50 | 6:19:40   | 6:16          | 9       | 1:37:25 | 75      |         |
| □□          | 6.50     | 31:42    | 4:52         | 4       | 2:14    | 22      | 6:34    | 67.00 | 6:51:22   | 6:08          | 9       | 1:39:39 | 42      | 1:59:37 |