



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Cherek, Uwe

□□: TH Eilbeck

□□: 1308

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M40

□□□: 6:59:28

□□: 9.58 km/h

□□□□: 6:16 min/km

□□□□□/□□□: 53 (of 118)

□□□□□/□: 47 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 9(of 20)

□□□□□□□: 4:58:11

□□□□

□□□□

□□□

| □□□         | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Nasse Wiese | 19.50    | 1:44:57  | 5:22         | 5       | 17:24   | 20      | 18:40   | 19.50 | 1:44:57   | 5:22          | 12      |         | 24      |         |
| Kühude      | 20.50    | 1:54:03  | 5:33         | 8       | 26:13   | 35      | 26:13   | 40.00 | 3:39:00   | 5:28          | 12      |         | 24      |         |
| Nasse Wiese | 20.50    | 2:34:19  | 7:31         | 12      | 57:34   | 59      | 1:03:08 | 60.50 | 6:13:19   | 6:10          | 12      |         | 36      |         |
| □□          | 6.50     | 46:09    | 7:05         | 16      | 20:06   | 76      | 21:01   | 67.00 | 6:59:28   | 6:15          | 9       | 2:01:17 | 47      | 2:07:43 |