



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Ziese, Bernd

□□: Münster

□□: 1095

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 5:07:00

□□: 8.21 km/h

□□□□: 7:19 min/km

□□□□□/□□□: 29 (of 46)

□□□□□/□: 27 (of 36)

□□□□□□: 3:25:57

□□□□□: 11(of 12)

□□□□□□□: 3:40:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:25:58	7:29	12	47:54	34	54:15	19.50	2:25:58	7:29	11	47:54	9	20:39
Obersorpe	8.00	56:15	7:01	11	16:19	30	18:02	27.50	3:22:13	7:21	11	1:04:13	9	21:13
□□	14.50	1:44:47	7:13	8	22:04	15	28:46	42.00	5:07:00	7:18	11	1:26:17	27	1:41:03