



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Dörenkamp, Anton

□□: LT Elsen-Wewer

□□: 1150

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M60

□□□: 5:08:46

□□: 8.16 km/h

□□□□: 7:21 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 46)

□□□□□/□: 29 (of 36)

□□□□□□: 3:25:57

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 4:39:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:18:03	7:04	2	13:38	32	46:20	19.50	2:18:03	7:04	2	13:38	11	12:44
Obersorpe	8.00	57:58	7:14	2	7:52	32	19:45	27.50	3:16:01	7:07	2	21:30	11	15:01
□□	14.50	1:52:45	7:46	2	7:37	22	36:44	42.00	5:08:46	7:21	2	29:07	29	1:42:49