



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Meisterling-Riecks, Bernd

□□: LG Mönchengladbach

□□: 1069

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M50

□□□: 5:09:11

□□: 8.15 km/h

□□□□: 7:22 min/km

□□□□□/□□□: 33 (of 46)

□□□□□/□: 30 (of 36)

□□□□□□: 3:25:57

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 4:53:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:17:22	7:02	5	12:13	29	45:39	19.50	2:17:22	7:02	3	12:13	12	12:03
Obersorpe	8.00	56:14	7:01	4	2:38	29	18:01	27.50	3:13:36	7:02	3	14:51	12	12:36
□□	14.50	1:55:35	7:58	2	0:33	26	39:34	42.00	5:09:11	7:21	3	15:24	30	1:43:14