



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch
Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Gramann, Andreas

□□: Isono Running Team

□□: 1104

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 5:12:22

□□: 8.07 km/h

□□□□: 7:26 min/km

□□□□□/□□□: 36 (of 46)

□□□□□/□: 32 (of 36)

□□□□□□: 3:25:57

□□□□□: 12(of 12)

□□□□□□□: 3:40:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:17:55	7:04	11	39:51	31	46:12	19.50	2:17:55	7:04	12	39:51	14	12:36	
Obersorpe	8.00	58:13	7:16	12	18:17	33	20:00	27.50	3:16:08	7:07	12	58:08	14	15:08	
□□	14.50	1:56:14	8:00	10	33:31	27	40:13	42.00	5:12:22	7:26	12	1:31:39	32	1:46:25	