



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

van der laan, siebe

□□: hunzerunners

□□: 1081

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M50

□□□: 5:14:05

□□: 8.02 km/h

□□□□: 7:29 min/km

□□□□□/□□□: 38 (of 46)

□□□□□/□: 33 (of 36)

□□□□□□: 3:25:57

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 4:53:47

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:13:54	6:52	3	8:45	27	42:11	19.50	2:13:54	6:52	5	8:45	15	8:35	
Obersorpe	8.00	57:41	7:12	5	4:05	31	19:28	27.50	3:11:35	6:58	5	12:50	15	10:35	
□□	14.50	2:02:30	8:26	5	7:28	33	46:29	42.00	5:14:05	7:28	5	20:18	33	1:48:08	