



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Gerlach, Jörg

□□: 100 Marathon Club

□□: 1810

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M50

□□□: 8:02:11

□□: 8.34 km/h

□□□□: 7:12 min/km

□□□□□/□□□: 81 (of 118)

□□□□□/□: 70 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 14(of 16)

□□□□□□□: 5:11:43

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:12:37	6:48	13	44:59	69	46:20	19.50	2:12:37	6:48	14	44:59	13	11:54
Kühude	20.50	2:22:35	6:57	14	51:31	74	54:45	40.00	4:35:12	6:52	14	1:36:30	13	30:48
Nasse Wiese	20.50	2:42:50	7:56	15	59:17	72	1:11:39	60.50	7:18:02	7:14	14	2:35:47	13	32:04
□□	6.50	44:09	6:47	14	14:41	70	19:01	67.00	8:02:11	7:11	14	2:50:28	70	3:10:26