



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Decius, Karl-Walter

□□: Trail Team OWL

□□: 1055

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M60

□□□: 5:36:51

□□: 7.48 km/h

□□□□: 8:01 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 46)

□□□□□/□: 36 (of 36)

□□□□□□: 3:25:57

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 4:39:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:32:43	7:49	3	28:18	36	1:01:00	19.50	2:32:43	7:49	3	28:18	18	27:24	
Obersorpe	8.00	1:05:13	8:09	3	15:07	35	27:00	27.50	3:37:56	7:55	3	43:25	18	36:56	
□□	14.50	1:58:55	8:12	3	13:47	30	42:54	42.00	5:36:51	8:01	3	57:12	36	2:10:54	