



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch  
Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Richter, Andreas

□□: SSF Bonn 1905 e.V.  
□□: 1859

□□: 67.00 km  
67 km Lauf

□□□□:  
Senioren M40

□□□: 8:21:42

□□: 8.01 km/h  
□□□□: 7:29 min/km

□□□□□/□□□: 91 (of 118)

□□□□□/□: 77 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 19(of 20)

□□□□□□□: 4:58:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:12:56	6:49	16	45:23	71	46:39	19.50	2:12:56	6:49	2	27:05	41	12:13
Kühude	20.50	2:23:05	6:58	18	55:15	75	55:15	40.00	4:36:01	6:54	2	51:19	41	31:37
Nasse Wiese	20.50	3:05:48	9:03	19	1:29:03	84	1:34:37	60.50	7:41:49	7:37	2	1:26:53	40	55:51
□□	6.50	39:53	6:08	11	13:50	60	14:45	67.00	8:21:42	7:29	19	3:23:31	77	3:29:57