



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch
Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Bosse, Paul

□□: lauffreunde-hadi-wesel
□□: 1806

□□: 67.00 km
67 km Lauf

□□□□:
Senioren M45

□□□: 9:45:03

□□: 6.87 km/h
□□□□: 8:44 min/km

□□□□□/□□□: 109 (of 118)

□□□□□/□: 88 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 22(of 24)

□□□□□□□: 5:13:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:43:19	8:22	23	1:13:35	93	1:17:02	19.50	2:43:19	8:22	3	46:49	30	42:36
Kühude	20.50	2:52:36	8:25	22	1:21:40	89	1:24:46	40.00	5:35:55	8:23	3	1:39:21	30	1:31:31
Nasse Wiese	20.50	3:18:17	9:40	22	1:40:13	88	1:47:06	60.50	8:54:12	8:49	3	2:28:17	29	2:08:14
□□	6.50	50:51	7:49	22	24:10	85	25:43	67.00	9:45:03	8:43	22	4:31:24	88	4:53:18