



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

Koch, Rainer

□□: LG Würzburg

□□: 1332

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Männer

□□□: 5:01:18

□□: 13.34 km/h

□□□□: 4:30 min/km

□□□□□/□□□: 3 (of 118)

□□□□□/□: 3 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 5:01:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:31:25	4:41	2	5:08	9	5:08	19.50	1:31:25	4:41	1	-	69	
Kühude	20.50	1:31:44	4:28	2	2:32	6	3:54	40.00	3:03:09	4:34	1	-	69	
Nasse Wiese	20.50	1:32:37	4:31	1	-	2	1:26	60.50	4:35:46	4:33	1	-	68	
□□	6.50	25:32	3:55	1	-	2	0:24	67.00	5:01:18	4:29	1	-	3	9:33