



# Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

□□□□

van den Elzen, Gerard

□□: LSF-Unna-2000

□□: 1380

□□: 67.00 km

67 km DUV-DM

□□□□:

Senioren M55

□□□: 8:10:08

□□: 8.20 km/h

□□□□: 7:19 min/km

□□□□□/□□□: 85 (of 118)

□□□□□/□: 74 (of 95)

□□□□□□: 4:51:45

□□□□□: 10(of 10)

□□□□□□□: 5:53:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:09:26	6:38	9	25:43	63	43:09	19.50	2:09:26	6:38	10	25:43	44	8:43
Kühude	20.50	2:17:02	6:41	9	31:37	64	49:12	40.00	4:26:28	6:39	10	57:06	44	22:04
Nasse Wiese	20.50	2:59:13	8:44	10	1:05:15	85	2:59:13	60.50	7:25:41	7:22	10	2:02:21	43	39:43
□□	6.50	44:27	6:50	10	15:34	72	19:19	67.00	8:10:08	7:18	10	2:16:28	74	3:18:23