



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Hardenack, Frank

□□: Neuenkleusheim

□□: 632

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Männer M35

□□□: 8:09:44

□□: 12.37 km/h

□□□□: 4:51 min/km

□□□□□/□□□: 1 (of 59)

□□□□□/□: 1 (of 52)

□□□□□□: 8:09:44

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 8:09:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:28:42	4:32	1	-	1	-	19.50	1:28:42	4:32	1	-	-	40	
Kühude	20.50	1:33:04	4:32	1	-	1	-	40.00	3:01:46	4:32	1	-	-	40	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:21:02	4:46	1	-	1	-	57.00	4:22:48	4:36	1	-	-	40	
Kühude	17.00	1:27:49	5:09	1	-	1	-	74.00	5:50:37	4:44	1	-	-	40	
Nasse Wiese	20.50	1:51:03	5:25	1	-	1	-	94.50	7:41:40	4:53	1	-	-	40	
□□	6.50	28:04	4:19	1	-	1	-	101.00	8:09:44	4:50	1	-	-	1	-