



# Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Mund, Jürgen

□□: LT MG-Volksgarten

□□: 626

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Männer M45

□□□: 11:44:02

□□: 8.61 km/h

□□□□: 6:58 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 59)

□□□□□/□: 22 (of 52)

□□□□□□: 8:09:44

□□□□□: 6(of 10)

□□□□□□□: 8:56:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:06:09	6:28	8	26:48	25	37:27	19.50	2:06:09	6:28	6	26:48	48	
Kühude	20.50	2:11:33	6:25	7	30:02	21	38:29	40.00	4:17:42	6:26	6	56:50	48	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:55:07	6:46	6	28:27	18	34:05	57.00	6:12:49	6:32	6	1:25:17	48	
Kühude	17.00	2:10:45	7:41	6	41:27	28	42:56	74.00	8:23:34	6:48	6	2:06:44	48	
Nasse Wiese	20.50	2:40:31	7:49	6	36:16	21	49:28	94.50	11:04:05	7:01	6	2:43:00	48	
□□	6.50	39:57	6:08	5	7:47	23	11:53	101.00	11:44:02	6:58	6	2:47:04	22 3:34:18	