



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Schlüter, Gabriel

□□: 100 Marathon Club

□□: 609

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Männer M60

□□□: 13:16:05

□□: 7.61 km/h

□□□□: 7:53 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 59)

□□□□□/□: 47 (of 52)

□□□□□□: 8:09:44

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 13:01:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:30:01	7:41	4	17:27	51	1:01:19	19.50	2:30:01	7:41	3	17:27	21	20:26
Kühude	20.50	2:23:40	7:00	2	3:51	42	50:36	40.00	4:53:41	7:20	3	21:18	21	20:30
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:03:10	7:14	1	-	32	42:08	57.00	6:56:51	7:18	3	17:16	21	11:32
Kühude	17.00	2:23:16	8:25	2	4:12	44	55:27	74.00	9:20:07	7:34	3	9:06	21	17:48
Nasse Wiese	20.50	3:07:04	9:07	3	20:12	45	1:16:01	94.50	12:27:11	7:54	3	9:54	21	25:56
□□	6.50	48:54	7:31	4	5:42	46	20:50	101.00	13:16:05	7:52	3	14:48	47	5:06:21