



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

□□□□

Arndt, Oliver

□□: LC Solbad Ravensberg

□□: 714

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Männer M40

□□□: 5:50:57

□□: 11.45 km/h

□□□□: 5:14 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 52)

□□□□□/□: 2 (of 45)

□□□□□□: 5:42:02

□□□□□: 1(of 6)

□□□□□□□: 5:50:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:40:09	5:08	1	-	3	2:07	19.50	1:40:09	5:08	1	-	25		
Kühude	20.50	1:43:03	5:01	1	-	2	0:20	40.00	3:23:12	5:04	1	-	25		
Nasse Wiese	20.50	1:54:20	5:34	1	-	2	16:16	60.50	5:17:32	5:14	1	-	25		
□□	6.50	33:25	5:08	2	0:25	6	7:03	67.00	5:50:57	5:14	1	-	2	8:55	