



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Wiese, Michael

□□: Hamburg

□□: 1556

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M55

□□□: 11:17:08

□□: 8.95 km/h

□□□□: 6:42 min/km

□□□□□/□□□: 18 (of 98)

□□□□□/□: 14 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□□: 2(of 11)

□□□□□□□: 10:38:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:55:54	5:56	2	9:18	12	26:29	19.50	1:55:54	5:56	2			51	
Kühude	20.50	2:07:16	6:12	3	16:13	19	31:37	40.00	4:03:10	6:04	2			51	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:51:25	6:33	3	6:28	18	38:40	57.00	5:54:35	6:13	2	3:26		51	
Kühude	17.00	2:06:51	7:27	3	18:28	27	39:40	74.00	8:01:26	6:30	2	21:54		51	
Nasse Wiese	20.50	2:32:17	7:25	2	10:26	14	37:18	94.50	10:33:43	6:42	2	32:20		49	
Ziel	6.50	43:25	6:40	5	5:51	32	15:08	101.00	11:17:08	6:42	2	38:11	14	2:52:06	