



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Weber, Silvio

□□: ASFM Göttingen

□□: 239

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M30

□□□: 11:26:10

□□: 8.83 km/h

□□□□: 6:47 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 98)

□□□□□/□: 16 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□□: 2(of 6)

□□□□□□□: 8:54:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:03:48	6:20	3	24:11	27	34:23	19.50	2:03:48	6:20	2	24:11	49		
Kühude	20.50	2:08:57	6:17	2	10:20	23	33:18	40.00	4:12:45	6:19	2	34:31	49		
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:54:08	6:42	2	41:23	22	41:23	57.00	6:06:53	6:26	2	1:15:54	49		
Kühude	17.00	2:02:26	7:12	2	32:47	20	35:15	74.00	8:09:19	6:36	2	1:48:41	49		
Nasse Wiese	20.50	2:39:16	7:46	2	36:02	18	44:17	94.50	10:48:35	6:51	2	2:24:43	47		
Ziel	6.50	37:35	5:46	3	6:38	12	9:18	101.00	11:26:10	6:47	2	2:31:21	16	3:01:08	