



# 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Wurm, Christoph

□□: crazyrunner.DE

□□: 244

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M40

□□□: 11:32:43

□□: 8.75 km/h

□□□□: 6:52 min/km

□□□□□/□□□: 27 (of 98)

□□□□□/□: 22 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□□: 4(of 13)

□□□□□□□: 8:45:02

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:56:49	5:59	4	14:34	13	27:24	19.50	1:56:49	5:59	4	14:34	54	
Kühude	20.50	2:02:22	5:58	4	17:03	13	26:43	40.00	3:59:11	5:58	4	31:37	54	
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:52:20	6:36	3	28:23	19	39:35	57.00	5:51:31	6:10	4	1:00:00	54	
Kühude	17.00	2:09:37	7:37	4	42:26	29	42:26	74.00	8:01:08	6:30	4	1:42:26	54	
Nasse Wiese	20.50	2:44:42	8:02	3	46:39	23	49:43	94.50	10:45:50	6:50	4	2:29:05	81	
Ziel	6.50	46:53	7:12	8	18:36	43	18:36	101.00	11:32:43	6:51	4	2:47:41	22	3:07:41