



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Scheib, Marco

□□: Pennigsehl

□□: 324

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M35

□□□: 11:33:15

□□: 8.74 km/h

□□□□: 6:52 min/km

□□□□□/□□□: 29 (of 98)

□□□□□/□: 24 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□□: 3(of 7)

□□□□□□□: 11:27:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:10:05	6:40	5	16:06	32	40:40	19.50	2:10:05	6:40	3	4:21	83		
Kühude	20.50	2:10:36	6:22	2	2:36	24	34:57	40.00	4:20:41	6:31	3	2:27	82		
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:58:16	6:57	4	7:41	29	45:31	57.00	6:18:57	6:38	3	10:08	82		
Kühude	17.00	2:00:07	7:03	2	1:20	18	32:56	74.00	8:19:04	6:44	3	6:38	83		
Nasse Wiese	20.50	2:36:32	7:38	2	1:00	16	41:33	94.50	10:55:36	6:56	3	7:38	79		
Ziel	6.50	37:39	5:47	1	-	14	9:22	101.00	11:33:15	6:51	3	5:21	24	3:08:13	