



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Haverkamp, Andreas

□□□: 12:41:37

□□: LG DU

□□: 7.96 km/h

□□: 1609

□□□□: 7:32 min/km

□□: 101.00 km

□□□□□/□□□: 44 (of 98)

101 km Lauf

□□□□□/□: 35 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□:

□□□□□: 4(of 6)

Senioren M30

□□□□□□□: 8:54:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:02:56	6:18	2	23:19	26	33:31	19.50	2:02:56	6:18	4	23:19	72		
Kühude	20.50	2:12:42	6:28	3	14:05	30	37:03	40.00	4:15:38	6:23	4	37:24	71		
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:18:24	8:08	5	1:05:39	63	1:05:39	57.00	6:34:02	6:54	4	1:43:03	71		
Kühude	17.00	2:12:21	7:47	4	42:42	32	45:10	74.00	8:46:23	7:06	4	2:25:45	72		
Nasse Wiese	20.50	3:09:13	9:13	5	1:05:59	57	1:14:14	94.50	11:55:36	7:34	4	3:31:44	68		
Ziel	6.50	46:01	7:04	4	15:04	37	17:44	101.00	12:41:37	7:32	4	3:46:48	35	4:16:35	