



# 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Grote, Henner

□□: München

□□: 172

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M35

□□□: 12:43:14

□□: 7.94 km/h

□□□□: 7:34 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 98)

□□□□□/□: 36 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□□: 5(of 7)

□□□□□□□: 11:27:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:53:59	5:50	1	-	10	24:34	19.50	1:53:59	5:50	5	-	71	
Kühude	20.50	2:18:11	6:44	5	10:11	33	42:32	40.00	4:12:10	6:18	5	-	70	
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:00:09	7:04	5	9:34	30	47:24	57.00	6:12:19	6:31	5	3:30	70	
Kühude	17.00	2:22:12	8:21	5	23:25	46	55:01	74.00	8:34:31	6:57	5	22:05	71	
Nasse Wiese	20.50	2:59:01	8:43	5	23:29	41	1:04:02	94.50	11:33:32	7:20	5	45:34	67	
Ziel	6.50	1:09:42	10:43	7	32:03	79	41:25	101.00	12:43:14	7:33	5	1:15:20	36	4:18:12