



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Efa, Alexander

□□: Mainz

□□: 160

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M30

□□□□□/□□□: DNF (of 98)

□□□□□/□: DNF (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□□: DNF(of 6)

□□□□□□□: 8:54:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	3:33:02	10:55	6	1:53:25	84	2:03:37	19.50	3:33:02	10:55	6	1:53:25	7	1:01:31	
Kühude	20.50	fehlt!	-	-	-	-	-	40.00	-	-	-	-	-	-	-
Rhein-Weser-Tur	17.00	fehlt!	-	-	-	-	-	57.00	-	-	-	-	-	-	-
Kühude	17.00	4:58:35	17:33	6	3:28:56	84	3:31:24	74.00	8:31:37	6:54	6	2:10:59	7		
Nasse Wiese	20.50	fehlt!	-	-	-	-	-	94.50	-	-	-	-	-	-	-
Ziel	6.50	fehlt!	-	-	-	-	-	101.00	-	-	-	-	-	-	-