



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Coper, Sven

□□: Berlin

□□: 153

□□: 101.00 km

101 km Lauf

□□□□:

Senioren M55

□□□: 14:06:36

□□: 7.16 km/h

□□□□: 8:23 min/km

□□□□□/□□□: 82 (of 98)

□□□□□/□: 68 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□□: 10(of 11)

□□□□□□□: 10:38:57

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:24:16	7:23	6	37:40	51	54:51	19.50	2:24:16	7:23	10	22:58	36		
Kühude	20.50	2:39:03	7:45	9	48:00	73	1:03:24	40.00	5:03:19	7:34	10	59:26	36		
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:19:31	8:12	10	34:34	67	1:06:46	57.00	7:22:50	7:46	10	1:31:41	36	4:22	
Kühude	17.00	2:38:22	9:18	10	49:59	73	1:11:11	74.00	10:01:12	8:07	10	2:21:40	36	21:22	
Nasse Wiese	20.50	3:13:21	9:25	8	51:30	60	1:18:22	94.50	13:14:33	8:24	10	3:13:10	35	36:47	
Ziel	6.50	52:03	8:00	7	14:29	57	23:46	101.00	14:06:36	8:22	10	3:27:39	68	5:41:34	