



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

spitmann, thomas

□□□: 15:41:35

□□: Wettringen

□□: 6.44 km/h

□□: 227

□□□□: 9:19 min/km

□□: 101.00 km

□□□□□/□□□: 95 (of 98)

101 km Lauf

□□□□□/□: 82 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□:

□□□□□: 3(of 3)

Männer

□□□□□□□: 13:27:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:16:32	7:00	1	-	41	47:07	19.50	2:16:32	7:00	3	-	-	23	-
Kühude	20.50	2:25:32	7:05	1	-	42	49:53	40.00	4:42:04	7:03	3	-	-	23	-
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:18:43	8:09	2	5:03	66	1:05:58	57.00	7:00:47	7:22	3	-	-	23	-
Kühude	17.00	2:40:01	9:24	2	18:39	77	1:12:50	74.00	9:40:48	7:50	3	0:58	-	23	0:58
Nasse Wiese	20.50	fehlt!	-	-	-	-	-	94.50	-	-	-	-	-	-	-
Ziel	6.50	6:00:47	55:30	3	5:10:55	82	5:32:30	101.00	15:41:35	9:19	3	2:13:57	-	82	7:16:33