



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Langendam, Vincent

□□: ITC Team Netherlands

□□: 307

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Männer

□□□: 5:26:10

□□: 12.32 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 80)

□□□□□/□: 8 (of 60)

□□□□□□: 4:42:05

□□□□□: 2(of 3)

□□□□□□□: 4:42:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:29:54	4:36	2	7:06	6	7:06	19.50	1:29:54	4:36	2	7:06	38	
Kühude	20.50	1:38:31	4:48	2	10:25	13	12:26	40.00	3:08:25	4:42	2	17:31	38	
Nasse Wiese	20.50	1:52:04	5:28	2	25:06	15	25:06	60.50	5:00:29	4:58	2	42:37	37	
Ziel	6.50	25:41	3:57	2	1:28	4	1:28	67.00	5:26:10	4:52	2	44:05	8	44:05