



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Straetling, Benedikt

□□: ITC Team Germany

□□: 230

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 5:29:55

□□: 12.18 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 80)

□□□□□/□: 11 (of 60)

□□□□□□: 4:42:05

□□□□□: 3(of 14)

□□□□□□□: 4:57:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:34:01	4:49	2	8:26	10	11:13	19.50	1:34:01	4:49	3	8:26	41	
Kühude	20.50	1:37:04	4:44	3	9:50	9	10:59	40.00	3:11:05	4:46	3	16:48	41	
Nasse Wiese	20.50	1:49:16	5:19	3	12:32	12	22:18	60.50	5:00:21	4:57	3	29:20	40	
Ziel	6.50	29:34	4:32	3	3:17	14	5:21	67.00	5:29:55	4:55	3	32:37	11	47:50