8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Baumhoff, Jürgen

□□: Trail Team Sauerland/GORE-TEX®
□□: 484

□□: 42.00 km
42 km Lauf

□□□□:
Senioren M45

□□□: 3:17:56
□□: 12.73 km/h
□□□□: 4:43 min/km

□□□□□/□□□: 2 (of 67)
□□□□□/□: 2 (of 55)
□□□□□□: 3:03:07

□□□□□: 1(of 6)
□□□□□□□: 3:17:56

□□□□ □□□□ □□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:26:36	4:26	1	-	2	4:49	19.50	1:26:36	4:26	1	-	30	
Obersorpe	8.00	36:46	4:35	1	-	2	2:52	27.50	2:03:22	4:29	1	-	30	
Ziel	14.50	1:14:34	5:08	1	-	2	7:08	42.00	3:17:56	4:42	1	-	2	14:49