



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Trzcinski, Kazimierz

□□□: 3:57:58

□□: GAH.Alberts

□□: 10.59 km/h

□□: 526

□□□□: 5:40 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 5 (of 67)

42 km Lauf

□□□□□/□: 5 (of 55)

□□□□□□: 3:03:07

□□□□:

□□□□□: 1(of 11)

Senioren M55

□□□□□□□: 3:57:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:42:50	5:16	1	-	6	21:03	19.50	1:42:50	5:16	1	-	33		
Obersorpe	8.00	42:54	5:21	1	-	5	9:00	27.50	2:25:44	5:17	1	-	33		
Ziel	14.50	1:32:14	6:21	1	-	9	24:48	42.00	3:57:58	5:39	1	-	5	54:51	