



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Bloch, Marcus

□□: RWE Starlight Team Essen

□□: 487

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M35

□□□: 4:09:35

□□: 10.10 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 67)

□□□□□/□: 10 (of 55)

□□□□□□: 3:03:07

□□□□□: 3(of 6)

□□□□□□□: 3:03:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:50:54	5:41	3	29:07	10	29:07	19.50	1:50:54	5:41	3	29:07	38		
Obersorpe	8.00	45:18	5:39	3	11:24	14	11:24	27.50	2:36:12	5:40	3	40:31	38		
Ziel	14.50	1:33:23	6:26	3	25:57	10	25:57	42.00	4:09:35	5:56	3	1:06:28	10	1:06:28	