



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Kranz, Ingomar

□□: Dumm gelaufen

□□: 538

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M40

□□□: 4:18:06

□□: 9.76 km/h

□□□□: 6:09 min/km

□□□□□/□□□: 15 (of 67)

□□□□□/□: 15 (of 55)

□□□□□□: 3:03:07

□□□□□: 6(of 12)

□□□□□□□: 3:34:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:51:35	5:43	6	12:55	13	29:48	19.50	1:51:35	5:43	6	12:55	29		
Obersorpe	8.00	45:34	5:41	6	6:59	17	11:40	27.50	2:37:09	5:42	6	19:54	29		
Ziel	14.50	1:40:57	6:57	8	23:54	19	33:31	42.00	4:18:06	6:08	6	43:48	15	1:14:59	