



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Schellöh, Birgit

□□: Triathlon Team Ratingen 08

□□: 325

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50

□□□: 6:54:15

□□: 9.70 km/h

□□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 32 (of 80)

□□□□□/□: 8 (of 20)

□□□□□□: 5:43:06

□□□□□: 1(of 4)

□□□□□□□: 6:54:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:57:57	6:02	1	-	7	15:39	19.50	1:57:57	6:02	1	-	14		
Kühude	20.50	2:01:41	5:56	1	-	7	16:29	40.00	3:59:38	5:59	1	-	14		
Nasse Wiese	20.50	2:18:12	6:44	1	-	8	30:49	60.50	6:17:50	6:14	1	-	14		
Ziel	6.50	36:25	5:36	1	-	9	8:12	67.00	6:54:15	6:10	1	-	8	1:11:09	