



# 8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Rose, Norbert

□□□: 4:32:02

□□: Lauffreunde Gremmendorf

□□: 9.26 km/h

□□: 518

□□□□: 6:29 min/km

□□: 42.00 km

□□□□□/□□□: 21 (of 67)

42 km Lauf

□□□□□/□: 20 (of 55)

□□□□□□: 3:03:07

□□□□:

□□□□□: 3(of 6)

Senioren M45

□□□□□□□: 3:17:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:58:46	6:05	3	32:10	17	36:59	19.50	1:58:46	6:05	3	32:10	48	
Obersorpe	8.00	50:24	6:17	4	13:38	30	16:30	27.50	2:49:10	6:09	3	45:48	48	
Ziel	14.50	1:42:52	7:05	3	28:18	20	35:26	42.00	4:32:02	6:28	3	1:14:06	20	1:28:55