



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Seelig, Helmut

□□: Solinger LC

□□: 522

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M55

□□□: 4:57:32

□□: 8.47 km/h

□□□□: 7:05 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 67)

□□□□□/□: 37 (of 55)

□□□□□□: 3:03:07

□□□□□: 8(of 11)

□□□□□□□: 3:57:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:09:36	6:38	8	26:46	38	47:49	19.50	2:09:36	6:38	8	26:46	10	
Obersorpe	8.00	44:44	5:35	2	1:50	9	10:50	27.50	2:54:20	6:20	8	28:36	10	
Ziel	14.50	2:03:12	8:29	10	30:58	45	55:46	42.00	4:57:32	7:05	8	59:34	37	1:54:25