



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Bonde, Jens

□□: Kolding

□□: 488

□□: 42.00 km

42 km Lauf

□□□□:

Senioren M45

□□□: 5:06:52

□□: 8.21 km/h

□□□□: 7:19 min/km

□□□□□/□□□: 46 (of 67)

□□□□□/□: 41 (of 55)

□□□□□□: 3:03:07

□□□□□: 6(of 6)

□□□□□□□: 3:17:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:11:06	6:43	6	44:30	40	49:19	19.50	2:11:06	6:43	6	44:30	14		
Obersorpe	8.00	55:13	6:54	6	18:27	40	21:19	27.50	3:06:19	6:46	6	1:02:57	14		
Ziel	14.50	2:00:33	8:18	5	45:59	40	53:07	42.00	5:06:52	7:18	6	1:48:56	41	2:03:45	