



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Vollenberg, Klaus

□□: ASC Schmallenberg

□□: 1573

□□: 67.00 km

67 km Lauf

□□□□:

Senioren M65

□□□: 10:03:52

□□: 6.66 km/h

□□□□: 9:01 min/km

□□□□□/□□□: 74 (of 80)

□□□□□/□: 56 (of 60)

□□□□□□: 4:42:05

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 7:40:38

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	2:35:44	7:59	3	27:14	57	1:12:56	19.50	2:35:44	7:59	3	27:14	27	22:28
Kühude	20.50	2:54:49	8:31	3	35:17	55	1:28:44	40.00	5:30:33	8:15	3	1:02:31	27	52:25
Nasse Wiese	20.50	3:34:48	10:28	2	1:01:32	56	2:07:50	60.50	9:05:21	9:00	2	2:04:03	26	1:32:36
Ziel	6.50	58:31	9:00	2	19:11	53	34:18	67.00	10:03:52	9:00	3	2:23:14	56	5:21:47