



8. Bödefelder Hollenlauf, 10. Bödefelder Hollenmarsch

Bödefeld / 09.05.2014-10.05.2014

□□□□

Braun, Wolfgang

□□□: 10:08:37

□□: TV Konzen

□□: 9.96 km/h

□□: 150

□□□□: 6:02 min/km

□□: 101.00 km

□□□□□/□□□: 8 (of 98)

101 km Lauf

□□□□□/□: 7 (of 84)

□□□□□□: 8:25:02

□□□□:

□□□□□: 1(of 6)

Senioren M60

□□□□□□□: 10:08:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Nasse Wiese	19.50	1:54:45	5:53	1	-	11	25:20	19.50	1:54:45	5:53	1	-	58		
Kühude	20.50	1:58:43	5:47	1	-	9	23:04	40.00	3:53:28	5:50	1	-	58		
Rhein-Weser-Tur	17.00	1:40:05	5:53	1	-	7	27:20	57.00	5:33:33	5:51	1	-	58		
Kühude	17.00	1:41:32	5:58	1	-	6	14:21	74.00	7:15:05	5:52	1	-	58		
Nasse Wiese	20.50	2:18:03	6:44	1	-	7	23:04	94.50	9:33:08	6:03	1	-	56		
Ziel	6.50	35:29	5:27	1	-	7	7:12	101.00	10:08:37	6:01	1	-	7	1:43:35	