

URKUNDE

100 Kilometer (100.22 km)

Fels, Manfred

Lauffreunde Emsland/TEA

Altersklasse: Senioren M60 (60-64 Jahre)

Platz Alterklasse: 3

Gesamtplatzierung: 97

Laufzeit: 13:03:50 (7:49 min/km)

| Kontrolle | km | Laufzeit | min/km | km ges. | Laufzeit ges. | min/km |
|------------------|-------|----------|--------|---------|---------------|--------|
| Glasbachwiese | 27.39 | 03:29:35 | 7:39 | 27.39 | 03:29:35 | 7:39 |
| Floh-Seligenthal | 27.74 | 03:16:13 | 7:04 | 55.13 | 06:45:48 | 7:21 |
| Finsterbergen | 22.03 | 02:59:21 | 8:08 | 77.16 | 09:45:09 | 7:35 |
| Fröttstädt | 23.06 | 03:18:41 | 8:36 | 100.22 | 13:03:50 | 7:49 |



organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.

