

URKUNDE

100 Kilometer (100.00 km)

Bernward Münster

Köln

Altersklasse: Senioren M55 (55-59)

Platz Altersklasse: 12

Gesamtplatzierung: 78

Laufzeit: 14:13:08 (8:31 min/km)

| Kontrolle | km | Laufzeit | min/km | km ges. | Laufzeit ges. | min/km |
|------------------|-------|----------|--------|---------|---------------|--------|
| Glasbachwiese | 27.00 | 03:13:12 | 7:09 | 27.00 | 03:13:12 | 7:09 |
| Floh-Seligenthal | 27.00 | 04:05:31 | 9:05 | 54.00 | 07:18:43 | 8:07 |
| Finsterbergen | 22.00 | 03:22:02 | 9:11 | 76.00 | 10:40:45 | 8:25 |
| Fröttstädt | 24.00 | 03:32:23 | 8:50 | 100.00 | 14:13:08 | 8:31 |



organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.

