

URKUNDE



100 Meilen
100 Km
2x50 km 4x25 km

Staffel 4x25 km (100.00 km)

LAUF MIT:-) BLEIB FIT

Falko Bischof / Cordula Bischof
Lukas Bischof / Nadine Ziezold

Altersklasse: Mixstaffel (GMxS)

Platz Alterklasse: 6

Gesamtplatzierung: 20

Laufzeit: 10:38:22 (6:23 min/km)

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:38:18	8.72	23.96	02:38:18	8.72
Floh-Seligenthal	26.92	02:33:13	10.18	50.88	05:11:31	9.63
Finsterbergen	24.12	02:32:35	9.44	75.00	07:44:06	9.70
Fröttstädt	25.00	02:54:16	8.61	100.00	10:38:22	9.40



organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.

