

# URKUNDE

**100 Meilen (160.00 km)**

**Helle, Friedrich**

Lage

Altersklasse: Senioren M50 (50-54 Jahre)

Platz Altersklasse: 5

Gesamtplatzierung: 23

Laufzeit: 23:37:20 (8:52 min/km)

| Kontrolle           | km    | Laufzeit | min/km | km ges. | Laufzeit ges. | min/km |
|---------------------|-------|----------|--------|---------|---------------|--------|
| Hörselberg          | 42.50 | 05:19:28 | 7:31   | 42.50   | 05:19:28      | 7:31   |
| Sontra              | 27.50 | 04:47:05 |        | 70.00   | 10:06:33      | 8:39   |
| Glasbachwiese       | 17.00 | 02:48:38 | 9:55   | 87.00   | 12:55:11      | 8:54   |
| Gensberg/Brotterode | 13.00 | 02:13:08 |        | 100.00  | 15:08:19      | 9:04   |
| Floh-Seligenthal    | 14.00 | 01:28:44 | 6:20   | 114.00  | 16:37:03      | 8:44   |
| Finsterbergen       | 22.00 | 03:28:54 | 9:29   | 136.00  | 20:05:57      | 8:52   |
| Fröttstädt          | 0.50  | 00:02:03 | 4:05   | 160.00  | 23:37:20      | 8:51   |



organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.

