

URKUNDE

100 Kilometer (100.00 km)

Ralf Ruppert

Lg Oelde/Wadersloh

Altersklasse: Senioren M55 (55-59)

Platz Altersklasse: 13

Gesamtplatzierung: 80

Laufzeit: 14:14:31 (8:32 min/km)

Kontrolle	km	Laufzeit	min/km	km ges.	Laufzeit ges.	min/km
Glasbachwiese	27.00	03:31:59	7:51	27.00	03:31:59	7:51
Floh-Seligenthal	27.00	03:48:19	8:27	54.00	07:20:18	8:09
Finsterbergen	22.00	03:24:41	9:18	76.00	10:44:59	8:29
Fröttstädt	24.00	03:29:32	8:43	100.00	14:14:31	8:32



organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.

