

# URKUNDE

**100 Meilen (160.00 km)**

**Fels, Manfred**

Lauffreunde Emsland/TEA

Altersklasse: Senioren M60 (60-64 Jahre)

Platz Altersklasse: 1

Gesamtplatzierung: 25

Laufzeit: 23:39:03 (8:52 min/km)

| Kontrolle           | km    | Laufzeit | min/km | km ges. | Laufzeit ges. | min/km |
|---------------------|-------|----------|--------|---------|---------------|--------|
| Hörselberg          | 42.50 | 05:19:24 | 7:30   | 42.50   | 05:19:24      | 7:30   |
| Sontra              | 27.50 | 04:55:23 |        | 70.00   | 10:14:47      | 8:46   |
| Glasbachwiese       | 17.00 | 02:50:00 |        | 87.00   | 13:04:47      | 9:01   |
| Gensberg/Brotterode | 13.00 | 02:25:14 |        | 100.00  | 15:30:01      | 9:18   |
| Floh-Seligenthal    | 14.00 | 01:27:18 | 6:14   | 114.00  | 16:57:19      | 8:55   |
| Finsterbergen       | 22.00 | 03:31:23 | 9:36   | 136.00  | 20:28:42      | 9:02   |
| Fröttstätt          | 0.50  | 00:01:28 | 2:55   | 160.00  | 23:39:03      | 8:52   |



organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstätt e.V.

