

die Daten

| Art | Datum      | Strecke                                    | Komment                                   | TeZeit    | Km   | KG | Schnitt | Min/km |
|-----|------------|--|---|-----------|------|----|---------|--------|
| LGT | 01.08.2016 | Oberried-Talstr16-Kirchlebauer             |   | ke 01:25  | 9,1  | 97 | 6,4     | 09:20  |
| LGT | 11.08.2016 | Oberried-Talstr16-Kirchlebauer             |   | ke 01:20  | 9,1  | 98 | 6,8     | 08:47  |
| LT  | 30.08.2016 | Pfeiferberg-Golfplatz                      | abreißen lassen Luft weg lt. Dorothee 7km | Bii 01:25 | 9,7  | 97 | 6,8     | 08:46  |
| LT  | 06.09.2016 | Ki-Oberried-Ki                             | abreißen lassen Wadenkrampf               | Ar 01:05  | 7    | 97 | 6,5     | 09:17  |
| LGT | 03.10.2016 | Oberried-Talstr16-Kirchlebauer             |   | ke 01:10  | 9,1  | 95 | 7,8     | 07:42  |
| LT  | 04.10.2016 | Ki-Richtung Stegen-Ki                      | Karin (gestürzt)                          | Ar 01:35  | 9    | 95 | 5,7     | 10:33  |
| LT  | 11.10.2016 | Pfeiferberg-Ohne.Golfplatz                 | durchgekommen                             | Bii 01:00 | 8    | 94 | 8,0     | 07:30  |
| LT  | 18.10.2016 | Ki-Weilersbach-Geroldstal-Dietenbach       | kleinere Runde                            | Bii 00:40 | 5,7  | 94 | 8,6     | 07:01  |
| LT  | 25.10.2016 | Lauftreff-Ki-Himmelreich-Burg_am_Wald-Ki   |   | Bii 01:00 | 8,6  | 95 | 8,6     | 06:59  |
| LGT | 30.10.2016 | Oberried-Vörlinsbach-o.Winterbergweg       | verlaufen... Brugga                       | ke 02:45  | 12   | 92 | 4,4     | 13:45  |
| LGT | 06.11.2016 | Oberried-Hintertal-Brugga-Felsenweg-785m   | Weg gefunden                              | ke 01:25  | 6,8  | 93 | 4,8     | 12:30  |
| LT  | 08.11.2016 | Ki-Ki Höfen-Burg-Höllentalstr              | Gruppe nicht gefunden                     | ke 00:55  | 7,1  | 93 | 7,7     | 07:45  |
| LT  | 15.11.2016 | Ki-Himmelreich-Buchenbach-Hannemann-Klinik | Wintergruppe                              | Ge 01:20  | 11,3 | 92 | 8,5     | 07:05  |
| LT  | 22.11.2016 | Ki-lbental-Stegen-Zarten                   |   | Ge 01:10  | 10,1 | 93 | 8,7     | 06:56  |
| LT  | 29.11.2016 | Ki-Neuhäuser-Golfplatz-Thaddäushof         | Wadenkrampf                               | M 01:00   | 9,4  | 92 | 9,4     | 06:23  |
| LGT | 03.12.2016 | Oberried-Hintertal-Brugga-Felsenweg-785m   |   | ke 01:18  | 6,8  | 92 | 5,2     | 11:28  |
| LGT | 06.12.2016 | Oberried-Talstr16-Kirchlebauer             |   | ke 01:07  | 9,1  | 92 | 8,1     | 07:22  |
| LT  | 13.12.2016 | Ki-Neuhäuser-Golfplatz-Thaddäushof         | gut gelaufen, Karin schwächelt            | Ge 01:05  | 9,8  | 93 | 9,0     | 06:38  |
| LT  | 20.12.2016 | Ki-Neuhäuser-Golfplatz-Thaddäushof         | gut gelaufen, ICH schwächelt              | Ge 00:58  | 9,4  | 93 | 9,7     | 06:10  |
| LT  | 27.12.2016 | Ki-Neuhäuser-Golfplatz-Thaddäushof kurz    | gut gelaufen                              | Ge 00:50  | 7,7  | 93 | 9,2     | 06:30  |

