

Streckenübersicht Emsquellen Ultra (9 Runden)

Da die GPS Uhren nicht alle gleich aufzeichnen, gilt: Zeit stoppen, sobald die 48km auf der Uhr erreicht sind. Das kann evtl. vor oder nach dem Parkplatz sein. Anschließend ein Foto, Screenshot von Garmin etc. mit dem Namen, km und der Bruttozeit an u_schilder@t-online.de mailen. Ich wünsche euch viel Erfolg, genießt die Landschaft und einen schönen Lauf!

