



## Inhaltsverzeichnis

Hinweise für Teilnehmer/-innen,.....	1
Die Anmeldeprozedur.....	2
Bedingungen für die Teilnahme am Spartathlon.....	3
ENTRY FORM .....	4
Amateur Athletics Association Recognition Form .....	5
Medical Certificate.....	5
Advice to Runners.....	6
Streckenprofil .....	8
Streckenplan .....	9
Zeitlimits während des Laufes .....	10

## Hinweise für Teilnehmer/-innen,

Das **SPARTATHLON**-Rennen folgt der **Originalstrecke**, die der militärische Bote Pheidippides 490 vor Christus von Athen nach Sparta gelaufen ist.

**Datum:** Freitag, 24. September 2010 Start: 07:00 Uhr auf der Akropolis/Athen

Samstag, 25. September 2010 Ziel: 19:00 Uhr an der Statue König Leonidas in Sparta

**Zeitlimit:** 36 Stunden sind erlaubt, mit sechs zentralen Stationen und 69 Kontrollpunkten, die jeweils Zeitlimits beinhalten, die eingehalten werden müssen.

**Die zentralen Stationen und Checkpoints**, an welchen die Athleten/innen von ihren Betreuern unterstützt werden dürfen:

Nr. des Punktes	Kilometer	Name
22	81,0	Ellas Kan
26	93,4	Antikes Korinth
29	102,5	Zevgolatio
32	113,1	Chalkion Station EKO
35	124,0	Antikes Nemea
40	140,2	Malandreni
43	148,5	Lyrkeia
47	159,3	Vasi Vounou
52	172,0	Nestani
57	186,0	Zeugolatio Arkadias
60	195,0	Tegea-Allea
65	211,0	Mikro Magasi
68	222,5	Mnimio Heroon
72	236,2	Voutianoï Stat. Shell
75	245,3	Ziellinie Sparta

**Check-in:** Nach der Ankunft in Athen bitte schnellstmöglich zum Sekretariat der I.S.A.

**Wetterbedingungen:** Statistisch gesehen ist das Wetter am letzten Septemberwochenende mild, mit Temperaturen zwischen 27°C am Mittag und 5°C nachts, speziell in den bergigen Regionen. Regenschauer und Nebel sind möglich.

**Medizinische Betreuung:** Während des Rennens sind neun Ärzte, acht Ambulanzen und 20 Physiotherapeuten eingesetzt, die sich um die Bedürfnisse der Athleten/innen kümmern.

**Wasserstellen:** 75 Verpflegungspunkte sind eingerichtet, an denen Wasser, sonstige Getränke und Nahrungsmittel für die Athleten/innen angeboten werden. Die Verpflegungsstellen stehen im Abstand von 3 bis 5 Kilometern. Persönliche Getränke und sonstige Gegenstände können nach dem Renn-Briefing abgegeben werden. Sie werden dann an die gewünschte Verpflegungstelle gebracht.

**Unterkunft und Verpflegung für Läufer/innen:** Alle Läufer/innen werden von Mittwoch, dem 22.09.2010 bis Dienstag den 28.09.2010 kostenlos untergebracht. Das gleiche gilt für die Mahlzeiten in diesem Zeitraum.

**Begleitpersonen:** Es gibt spezielle Angebote für Begleitpersonen. Für Details bitte direkt beim Veranstalter nachfragen!

**Bustransport:** Es werden Busse eingesetzt, die die Athleten/innen, die aus dem Rennen aussteigen, auf sammeln und nach Sparta transportieren.

**Presse:** Presse- und TV-Crews, die den Athleten folgen oder vom Rennen berichten, müssen sich beim Pressebüro der I.S.A. registrieren lassen, um ihren Passierschein und die entsprechenden Identifikationszeichen zu bekommen. Für die TV-Übertragung des Rennens oder sonstige Filmproduktionen über das Rennen ist die Genehmigung durch die I.S.A. unbedingt erforderlich und eine Gebühr von mindestens 1000 € fällig, um die entsprechenden Rechte zu erwerben.

**SPARTATHLON-Shop:** SPARTATHLON 2010 Souvenirs und andere Dinge können sowohl im Athletenhotel in Athen, als auch in Sparta erworben werden.

**Für alle weitere Informationen** z. B. andere Unterkünfte, Transport, Auto- oder Busverleih, organisierte Touren, Eintages-Kreuzfahrten, etc. fragen Sie bitte beim Sekretariat des Spartathlon-Vereines nach.

**Übersetzt durch den DUV-Sportwart Wolfgang Olbrich, keine Gewähr für die Korrektheit der Angaben! Original in englischer Sprache ist Teil der Ausschreibungsunterlagen.**

## Die Anmeldeprozedur

- Die kompletten Ausschreibungsunterlagen, inkl. der Nachweise über die geforderten **Qualifikationen** sind als Kopie dem DUV-Spartathlonbüro zuzusenden.  
Es wird benötigt:
  - o ausgefüllte Bewerbung (Ausschreibung)
  - o Nachweis der Qualifikation (Kopie der Urkunde --> wird nicht zurückgeschickt!!)
  - o Bitte nicht das Feld auf Seite 2 ganz oben durch euren Verein ausfüllen lassen! Dies ist für das Spartathlonbüro vorgesehen!
- Das Spartathlonbüro prüft die Unterlagen und bestätigt die erforderliche Qualifikation für den Lauf für die Organisation in Athen. Weiterhin sendet das Spartathlonbüro die gesammelten Unterlagen der deutschsprachigen Teilnehmer zum Zentralbüro nach Athen. Eine Direktanmeldung beim Veranstalter wird nicht mehr akzeptiert.
- Die Unterlagen müssen bis zum 31. Mai 2010 beim Zentralbüro in Athen eingehen. Daher ist es erforderlich, dass alle Unterlagen bis zum **15. Mai 2010 beim DUV-Spartathlonbüro** eingegangen sind.
- Die Startgebühr für den Spartathlon 2010 beträgt **250 Euro**. Diese wird an die „International Spartathlon Association“ überwiesen.  
Bankverbindung: ALPHA BANK  
IBAN: GR56 0140 1200 1200 0200 2010 931  
BIC: CRBAGRAA  
Die Überweisung muss spätestens bis zum **10. Juni 2010** erfolgt sein. Wenn das Startgeld nicht bis zum entsprechenden Zeitraum auf dem Konto der International Spartathlon Association eingegangen ist, führt das zur Streichung aus der Teilnehmerliste. Eine Nachzahlung vor Ort ist nicht mehr möglich.
- Gegenüber der I.S.A. wird ein **Haftungsausschluss** und eine Erklärung unterzeichnet, die den/die Teilnehmer/in an die Einhaltung des Regelwerks bindet!

- Neben der vollständig ausgefüllten Ausschreibung werden **zwei Passfotos** benötigt, die für die Ausstellung der Teilnehmerschein benötigt werden!
- Weiterhin wird ein **Gesundheitszeugnis** verlangt. Ein entsprechender Abschnitt befindet sich in der Ausschreibung. Da das ärztliche Attest nicht älter als 30 Tage sein soll, ist es natürlich nicht möglich, das vorgesehene Feld auszufüllen. Nach Rücksprache mit den Organisatoren in Athen könnt ihr das aber jetzt schon machen lassen. Wenn vor Ort gemeint wird, ihr seid nicht fit, bzw. krank werdet ihr dort sowieso einem Rennarzt vorgestellt. Wenn ihr das Feld offen lasst, dann bitte ein entsprechendes Attest nach Athen mitnehmen!
- Sobald das Spartathlonbüro die Zusagen aus Athen erhalten hat, verschickt es diese an die deutschsprachigen Teilnehmer. Dies ist für den **15. Juli 2010** geplant.
- Die maßgeblichen Ausschreibungen sind in Englisch (siehe ab Seite 4)
- Buchungen von Flügen, Unterkünfte, etc. müssen vom Teilnehmer selber organisiert werden!
- Alle Unterlagen senden an:

Wolfgang Olbrich  
 DUV-Sportwart  
 Berliner Str. 949  
 D-51096 Köln  
<http://www.ultra-marathon.org>

Tel.: +49-221-9938704  
 Fax: +49-221-9938703  
 Mobil : +49-179-5941064  
 email: [wolfgang.olbrich-beilig@d-u-v.org](mailto:wolfgang.olbrich-beilig@d-u-v.org)

## **Bedingungen für die Teilnahme am Spartathlon**

Teilnahmeberechtigt am Spartathlon-Lauf sind alle Läufer, die wenigstens eine der folgenden **Bedingungen** erfüllen.

1. Sie haben einen Lauf von 100 km in einer Zeit von nicht mehr als 10:30 Stunden beendet.
2. Sie haben am Spartathlon-Lauf teilgenommen und wenigstens den Punkt NESTANI (172 km) in einer Zeit von weniger als 24:30 Stunden erreicht.
3. Sie haben einen Spartathlon-Lauf erfolgreich beendet.
4. Sie haben einen Lauf von mehr als 200 km beendet, egal in welcher Zeit.

Diese Bedingungen müssen in den letzten drei Jahren erfüllt worden sein, einschließlich des Jahres des Spartathlon-Laufes an dem der Läufer teilnehmen will.

### **Die zu liefernden Nachweise**

Zu 1: Bescheinigung mit erzielter Zeit, durch den Organisators des Laufes oder des Sportklubs, zu dem der Läufer gehört. (Kopie der Urkunde --> wird nicht zurückgeschickt)

Zu 2: Das Jahr der Teilnahme

Zu 3: Das Jahr der Teilnahme

Zu 4: Das gleiche wie zu 1.

### **Ausschlußkriterien:**

Hat ein Teilnehmer bereits fünf mal am Spartathlon teilgenommen, ohne ihn erfolgreich zu beenden, so wird er nicht zugelassen, unabhängig davon wie gut seine Leistungen in anderen Rennen sind.

Für 2010 ist ein Teilnehmerlimit von 300 Startern vorgesehen. Für deutsche Starter sind 45 Plätze reserviert. Über die Vergabe dieser Plätze entscheidet ausschließlich das DUV-Spartathlonbüro.

**Anmerkung:** Diese Nachweise werden von den zuständigen ausländischen Spartathlon-Büros überprüft. Wurden sie für ausreichend befunden, werden sie gesammelt an das Zentral-Büro nach Griechenland geschickt. Alle nicht rechtzeitig eingetroffenen Nachweise werden nicht berücksichtigt und die zugehörigen Anträge abgewiesen.



# SPARTATHLON

Historical Ultra Distance Race  
246 Km. Athens Sparta



## September 24- 25, 2010 ENTRY FORM

For Official use only

<b><u>Photo</u></b>	<b>Received on</b> _____ <b>Race No</b> _____ <b>Approved</b> _____ <b>Fees</b> _____
---------------------	--

### I. **PERSONAL ADDRESS**

Name \_\_\_\_\_ Surname \_\_\_\_\_

Full Address \_\_\_\_\_

City Code \_\_\_\_\_ City \_\_\_\_\_ Country \_\_\_\_\_

Date of birth \_\_\_\_\_ Sex \_\_\_\_\_ Vest size \_\_\_\_\_ Weight \_\_\_\_\_

Occupation \_\_\_\_\_ Nationality \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_ E-mail : \_\_\_\_\_

### II. **NEXT OF KIN ADDRESS**

Name: Mr/Mrs \_\_\_\_\_

Relationship: \_\_\_\_\_ Phone \_\_\_\_\_ Fax or e-mail \_\_\_\_\_

### III. **PREVIOUS PERFORMANCE RECORDS (100 km and greater)**

Please attach details of all main long/Ultra – distance events in which you have participated in during the last three years(2008, 2009 & 2010), including official documented results.

### IV. **ENTRY FEE - (Runners' accommodation is provided by the I.S.A. – details below)**

Entry fee EURO €250.- payable to the International Spartathlon Association, by deposit to our account with ALPHA BANK – Greece. IBAN : GR56 0140 1200 1200 0200 2010 931 BIC: CRBAGRAA, the latest June 10, 2010, amount which will not be refundable in case of cancellation or non- participation.

**WAIVER CLAUSE**: By signing this Entry Form, I accept to conduct myself correctly during my participation in the Race, as laid out in the Race Rules of the SPARTATHLON. I also accept full responsibility, in case of injury or any loss or damage to my personal property, as a result of my participation in the race.

**CLOSING DATE**: This Entry Form must be sent to the International Spartathlon Association Headquarters, 7 Codrou Str. P.O. Box : 30125 TK : 100 33 Athens Greece, by May 31, 2010, with two passport-size photographs, for your Race I.D. Card. Acceptance of participation will be confirmed by July 15, 2010.

**Date:** \_\_\_\_\_ **Signature:** \_\_\_\_\_

AMATEUR ATHLETICS ASSOCIATION RECOGNITION FORM

The Amateur Runner Mr/Mrs \_\_\_\_\_ is recognized as an Ultra Distance Runner in this country and is considered to be healthy, fit and competent to compete in the SPARTATHLON 246 km. Race.

Name of A.A.A. or Club Association: **Deutsche Ultramarathon-Vereinigung e.V.**

Name of Official: **Wolfgang Olbrich, Director of Sports**

Date and place: **Köln, den**

-----  
*Signature and Seal*

---

MEDICAL CERTIFICATE

The Amateur Runner Mr/Mrs \_\_\_\_\_ has been examined by the undersigned and has been found in a good physical condition, which allows his/her participation in the SPARTATHLON Race (Athens – Sparta, 246-km 36 hours duration).

Name of M.D.: \_\_\_\_\_ Medical  
Specializaton: \_\_\_\_\_

-----  
*Signature and Seal*

*CAUTION: It is most imperative that the runner must surrender above document upon his/her final registration in Greece, otherwise the I.S.A., regrets but the runner will not be permitted to participate in the race.*

CHECK POINT NO.	KILOMETERS	NAME
22	81	HELLAS CAN
26	93,4	ANCIENT CORINTH
29	102,5	ZEVGOLATIO
32	113,1	HALKION "EKO" GAS STATION
35	124	ANCIENT NEMEA
40	140,2	MALANDRENI
43	148,5	LYRKIA
47	159,3	BASE OF MOUNTAIN
52	172	NESTAN I
57	186	ZEVGOLATIO ARCADIA
60	195	TEGEA - ALLEA
65	211	MICRO MAGAZI SMALL SHOP
68	222,5	HERO'S MONUMENT
72	236,2	VOUTIANI "SHELL" GAS STATION
75	245,3	FINISH AT SPARTA

**Registration:** Please register immediately with I.S.A. Secretariat upon arrival in Athens.

**Weather Conditions:** Statistically the weather for the last weekend of September is mild, with temperatures ranging between 27° C, at midday and 5° C at midnight, especially at the mountain area. Spells of rain and mist are possible. -

**Medical Assistance:** There will be nine Doctors, eight ambulances and twenty physiotherapists on duty to cover the needs of the Athletes, during the Race.-

**Check Points:** Seventy-five refreshment points will provide water, drinks and necessary food for the athletes along the Race route. These points are situated between 3 and 5 km. distance of each other. Personal drinks and other items may be handed in for delivery to specific points prior to the race briefing on Thursday. -

**Accommodation and Meals for runners:** All runners have free accommodation as of Wednesday September 22 and up to Monday September 27,2010 . Meals are provided for the same period.

**Accompanying Persons:** Special provisions have been made for accommodation and assistance. Please apply for details.

**Follow-up Buses:** Buses will be provided to collect any athlete who abandon the Race and carry them on to their accommodation in Sparta.

**Media Coverage:** Press and TV crews, following athletes or reporting on the race, have to register with the I.S.A. Press Office, in order to obtain their race pass and identification signs. For TV coverage of the race or TV productions, the consent of the I.S.A. is absolutely necessary and a minimum fee of a minimum €1.000.- is payable towards Association rights.

**SPARTATHLON Shop:** SPARTATHLON 2010 souvenirs and other items will be available at the runners' accommodation in Athens and the SPARTA INN Hotel at Sparta.

For any other information, such as additional accommodations, transportation, car and mini bus hire, organized tours, one-day cruises etc., please apply to the Association Secretariat.-

**THE FIRST THREE FINISHERS OF SPARTATHLON RACES**

In:1983			1991		
Yannis KOUROS Dusan MRAVLJE Alan FAIRBROTHER	GREECE YUGOSLAVIA ENGLAND	21.53' 24,39' 27,39'	Janos BOGAR Rab Alo ZAREI Gyula HARI	HUNGARY IRAN HUNGARY	24.15.31' 26.48.50' 29.12.55'
1984			1992		
Yannis KOUROS Dusan MRAVLJE Patrik MACKE	GREECE YUGOSLAVIA ENGLAND	20,25' 24.41' 27.15'	Rusko KANTIEF Paul BECKERS Zeppo LEINONNEN Roy PIRRUNG	BULGARIA BELGIUM FINLAND U.S.A.	24.08.13' 25.05.48' 27.56.32' 27.56.32'
1985			1993		
Patrik MACKE Dusan MRAVLJE Jean-Dominique CALBERA	ENGLAND YUGOSLAVIA FRANCE	23.18' 23.44' 24.42'	Rune LARSSON Marcel FOUCAT Milian FOURIN	SWEDEN FRANCE SLOVAKIA	26.57.12' 27.46.37' 28.51.37'
1986			1994		
Yannis KOUROS E. KIS-KIRALY Peter MANN	GREECE HUNGARY W.GERMANY	21.57' 26.07' 26.47'	James ZAREI Ronald TEUNISSE Sladanko DRAGOJEVIC	ENGLAND HOLLAND CROATIA	26.15' 28.22' 28.46'
1987			1995		
Rune LARSSON Patrik MACKE Rab Ali ZAREI	SWEDEN ENGLAND IRAN	24.41' 26.41' 26.51'	James ZAREI Basil CHALKIAS Bryan SMITH	ENGLAND GREECE AUSTRALIA	25.59.42' 27.49.46' 28.12.24'
1988			1996		
Rune LARSSON Ronald TEUNISSE Patrik MACKE	SWEDEN HOLLAND ENGLAND	24.42' 25.49' 26.51'	Ronald VUILLEMENOT Nobuaki KOYAGO Dusan MRAVLJE	FRANCE JAPAN SLOVENIE	26.21' 27.41' 27.55'
1989			1997		
Patrik MACKE Rune LARSSON Seiiche MORIKAWA	ENGLAND SWEDEN JAPAN	24.32' 25.28' 26.08'	Kostas REPPPOS Kenzi OKIYAMA Rune LARSSON	GREECE JAPAN SWEDEN	23.37' 25.55' 28.11'
1990			1998		
Yannis KOUROS Patrik MACKE Janos BOGAR	GREECE U.K. HUNGARY	20.29' 23.08' 24.49'	Kostas REPPPOS Kenzi OKIYAMA James ZAREI	GREECE JAPAN ENGLAND	25.11.41' 26.13.13' 26.44.04'
1999			2000		
Jens LUKAS Jean Pierre GUYOMARC'H Jun ONOKI	GERMANY FRANCE JAPAN	25.38' 27.08 27.16	Masayuki OHTAKI Jens LUKAS Cees VERHAGEN	JAPAN GERMANY HOLLAND	24:01:10 24:59:54 25:35:50
2001			2002		
Valmir NUNES Jens LUKAS Ryoichi SEKIYA	BRASIL GERMANY JAPAN	23.18' 24.46' 25.27'	Ryoichi SEKIYA Marcus THALMAN Jeffry OONK	JAPAN AUSTRIA HOLLAND	23 :47 :54 25 :16 :56 26 :58 :55
2003			2004		
Markus THALMANN Valmir NUNES Jean-Jacques MOROS	AUSTRIA BRASIL FRANCE	23.28'24 25.30'35 26.26'16	Jens LUKAS Markus THALMANN Martin JURI Janne KANKAANSYRJA	GERMANY AUSTRIA AUSTRIA FINLAND	25 :49 :56 26 :20 :02 27 :19 :15 27 :19 :15
2005			2006		
Jens LUKAS Jean-Jaques MOROS Marcus THALMAN	GERMANY FRANCE AUSTRIA	24 :20 :39 25 :03 :30 26 :34 :42	Scott JUREK Ryoichi SEKIYA Masayuki OHTAKI	USA JAPAN JAPAN	22 :52 :18 24 :14 :11 25 :19 :12
2007			2008		
Scott JUREK Piotr KURYLO Valmir NUNES	USA POLAND BRASIL	23 :12 :14 24 :29 :41 25 :37 :40	Scott JUREK Markus THALMANN Lars Skytte CHRISTOFFERSEN	USA AUSTRIA DANMARK	22 :20 :01 24 :52 :09 25 :29 :41
2009			2010		
Ryoichi SEKIYA Lars-Skytte CHRISTOFFERSEN Jon-Harald BERGE	JAPAN DANMARK NORWAY	23 :48 :24 24 :31 :45 25 :09 :38			

**Head Office: INTERNATIONAL SPARTATHLON ASSOCIATION, Mr. P. Tsiakiris (Chairman)**

7, Kodrou Str. P.O.Box 30125 T.K. 100 33 - Athens, Greece Tel: 210-32 23 642\*Fax: 210-32 27 485 E-mail: info@spartathlon.gr

**SPARTATHLON CLUB OF THE BRITISH ISLES, Mr. John Foden (President),**

B 141 Davies Road, West Bridgford, Nottingham, NG2 5HZ, ENGLAND Tel/Fax:0115-981 6892 E-mail john.foden@btinternet.com

**DUV-SPARTATHLON-BURO, Wolfgang Olbrich-Beilig, DUV – Director of Sports**

Berliner Str. 949, D-51 069 Köln, Germany - Mobil : +49(0)179-5941064 E-mail: [wolfgang.olbrich@d-u-v.org](mailto:wolfgang.olbrich@d-u-v.org), [www.ultra-marathon.org](http://www.ultra-marathon.org)

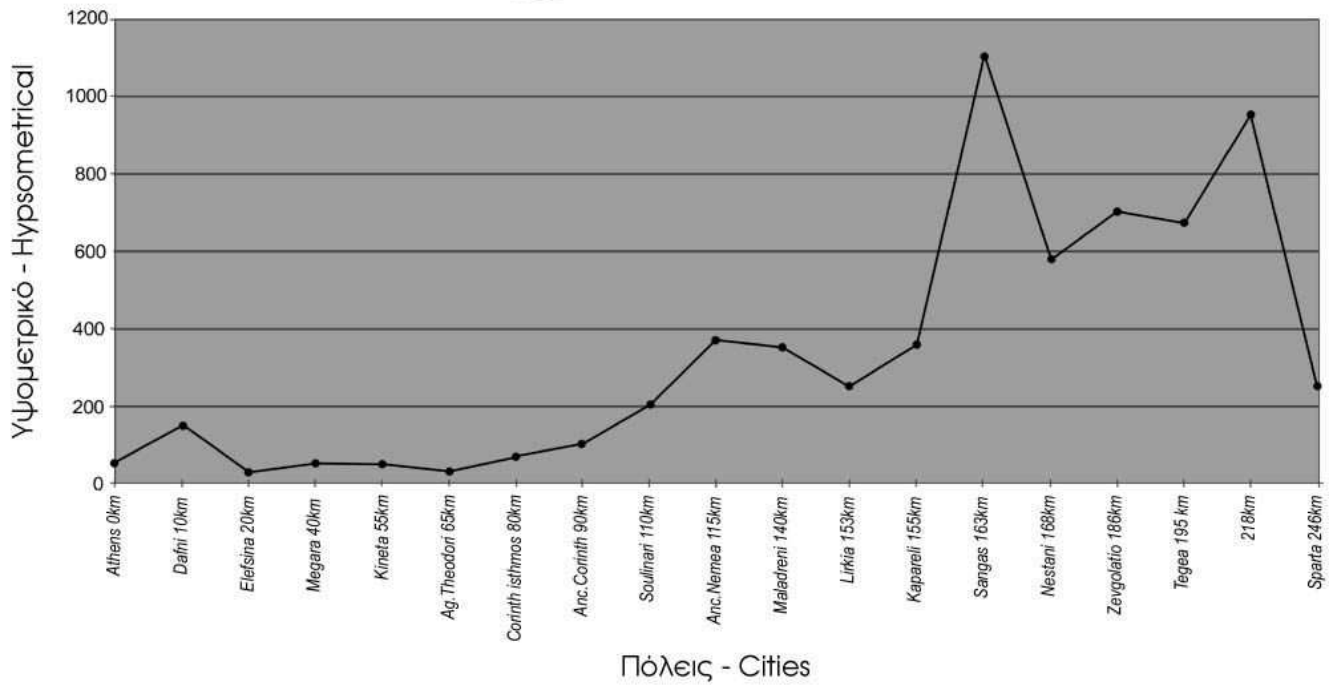
**RUNNER'S WELLNESS, Mr. Yuji Sakamoto (President),**

438 Kokufuhonngo, Oiso-cho, Naka-gun, Kanagawa-ken: 259-0111, JAPAN Tel: 0463-61 7209, Fax: 0463-61 7210 E – mail: [welleyuji@aol.com](mailto:welleyuji@aol.com)

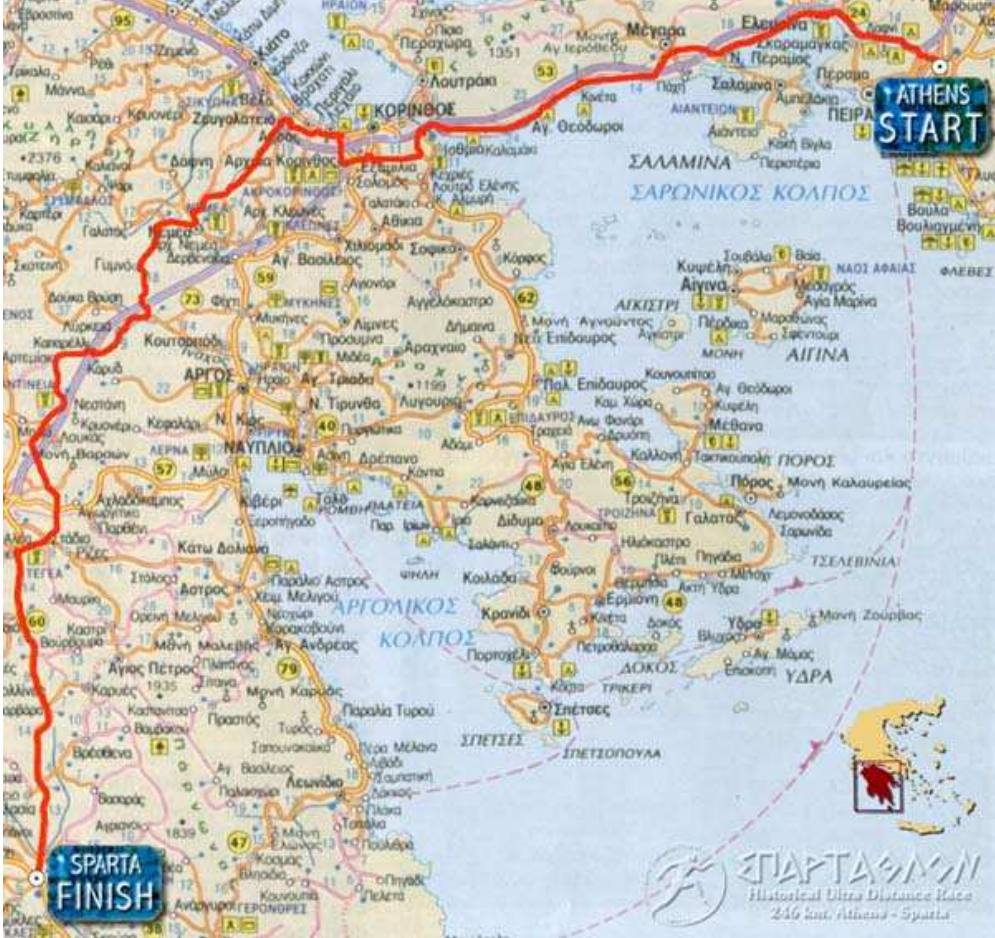
# Streckenprofil



**ΣΠΑΡΤΑΔΩΛΟΝ**  
Historical Ultra Distance Race  
246 km. Athens - Sparta



# Streckenplan



## Zeitlimits während des Laufes

Alle Verpflegungsstellen (VP) sind Eliminationspunkte, die angegebenen Schlusszeiten dürfen nicht überschritten werden.

VP Nr.	Gesamtstrecke [km]	Schlußzeit	max. Laufzeit [h]	Km bis Sparta	Abstand zwischen VPs
2	5.6	07:35	00:35	239.7	5.6
3	10.8	08:05	01:05	234.5	5.2
4	15.2	08:25	01:25	230.1	4.4
5	20.5	09:00	02:00	224.8	5.3
6	24.2	09:25	02:25	221.1	3.7
7	27.4	09:50	02:50	217.9	3.2
8	30.5	10:10	03:10	214.8	3.1
9	33.5	10:30	03:30	211.8	3.0
10	36.6	10:50	03:50	208.7	3.1
11	40.0	11:15	04:15	205.3	3.4
12	43.5	11:40	04:40	201.8	3.5
13	46.9	12:05	05:05	198.4	3.4
14	50.0	12:25	05:25	195.3	3.1
15	53.2	12:50	05:50	192.1	3.2
16	55.7	13:10	06:10	189.6	2.5
17	58.8	13:35	06:35	186.5	3.1
18	61.9	14:00	07:00	183.4	3.1
19	66.3	14:30	07:30	179.0	4.4
20	70.8	15:05	08:05	174.5	4.5
21	75.0	15:40	08:40	170.3	4.2
22	78.5	16:15	09:15	166.8	3.5
23	81.0	16:30	09:30	164.3	2.5
24	84.2	16:55	09:55	161.1	3.2
25	88.2	17:25	10:25	157.1	4.0
26	91.4	17:55	10:55	153.9	3.2
27	93.4	18:15	11:15	151.9	2.0
28	97.5	18:50	11:50	147.8	4.1
29	100.5	19:15	12:15	144.8	3.0
30	102.5	19:40	12:40	142.8	2.0
31	106.2	20:15	13:15	139.1	3.7
32	110.0	20:50	13:50	135.3	3.8
33	113.1	21:20	14:20	132.2	3.1
34	117.0	21:55	14:55	128.3	3.9
35	120.4	22:25	15:25	124.9	3.4
36	124.0	23:00	16:00	121.3	3.6
37	127.6	23:40	16:40	117.7	3.6
38	129.6	00:00	17:00	115.7	2.0
39	133.0	00:35	17:35	112.3	3.4
40	136.0	01:10	18:10	109.3	3.0
41	140.2	01:50	18:50	105.1	4.2
42	143.4	02:15	19:15	101.9	3.2
43	146.0	02:40	19:40	99.3	2.6
44	148.5	03:00	20:00	96.8	2.5
45	151.4	03:30	20:30	93.9	2.9
46	154.1	04:00	21:00	91.2	2.7
47	157.0	04:35	21:35	88.3	2.9
48	159.3	05:10	22:10	86.0	2.3
49	161.6	05:50	22:50	83.7	2.3
50	164.3	06:25	23:25	81.0	2.7
51	167.3	06:50	23:50	78.0	3.0
52	170.0	07:10	24:10	75.3	2.7

VP Nr.	Gesamtstrecke [km]	Schlußzeit	max. Laufzeit [h]	Km bis Sparta	Abstand zwischen VPs
53	172.0	07:30	24:30	73.3	2.0
54	175.7	08:00	25:00	69.6	3.7
55	177.5	08:20	25:20	67.8	1.8
56	179.5	08:40	25:40	65.8	2.0
57	183.4	09:20	26:20	61.9	3.9
58	186.0	09:45	26:45	59.3	2.6
59	189.1	10:15	27:15	56.2	3.1
60	191.5	10:35	27:35	53.8	2.4
60A	195.0	11:00	28:00	50.3	3.5
61	196.8	11:25	28:25	48.5	1.8
62	198.3	11:40	28:40	47.0	1.5
63	202.1	12:10	29:10	43.2	3.8
64	206.0	12:55	29:55	39.3	3.9
65	209.0	13:30	30:30	36.3	3.0
66	211.7	13:50	30:50	33.6	2.7
67	215.0	14:20	31:20	30.3	3.3
68	218.6	14:55	31:55	26.7	3.6
69	222.5	15:30	32:30	22.8	3.9
70	226.3	16:05	33:05	19.0	3.8
71	230.0	16:35	33:35	15.3	3.7
72	233.0	17:05	34:05	12.3	3.0
73	236.2	17:35	34:35	9.1	3.2
74	241.4	18:15	35:15	3.9	5.2
75	243.5	18:40	35:40	1.8	2.1
Ziel	245.3	19:00	36:00	0.0	1.8

