

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

## Thüringen Ultra (100.00 km)

**Rutjes, Diana**

Millingen aan de Rijn

Altersklasse: Frauen W30 (W30U)

Laufzeit: 13:10:02 (7:54 min/km)

Platz in der Alterklasse: 1

Gesamtplatzierung: 10

### Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:49:29	8.14	23.96	02:49:29	8.14
Floh-Seligenthal	26.92	03:06:53	8.35	50.88	05:56:22	8.42
Finsterbergen	24.12	03:36:44	6.64	75.00	09:33:06	7.85
Fröttstädt	24.83	03:36:56	6.64	100.00	13:10:02	7.59

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

