

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Würl, Hans

Randringhauser Rennschnecken

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 14:07:14 (8:28 min/km)

Platz in der Alterklasse: 35

Gesamtplatzierung: 121

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 03:14:34 | 7.09 | 23.96 | 03:14:34 | 7.09 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:55:17 | 6.63 | 50.88 | 07:09:51 | 6.98 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:33:32 | 6.74 | 75.00 | 10:43:23 | 6.99 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:23:51 | 7.06 | 100.00 | 14:07:14 | 7.08 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

