

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

**Eßer, Michael**

[www.running-for-kids.de](http://www.running-for-kids.de)

Altersklasse: Männer M40 (M40U)

Laufzeit: 16:50:28 (10:06 min/km)

Platz in der Alterklasse: 24

Gesamtplatzierung: 148

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	03:04:52	7.46	23.96	03:04:52	7.46
Floh-Seligenthal	26.92	04:06:06	6.34	50.88	07:10:58	6.96
Finsterbergen	24.12	04:27:14	5.39	75.00	11:38:12	6.45
Fröttstätt	24.83	05:12:16	4.61	100.00	16:50:28	5.94

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

