

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Bahlcke, Annett

Potsdamer Laufclub PLC

Altersklasse: Frauen W40 (W40U)

Laufzeit: 10:20:30 (6:12 min/km)

Platz in der Alterklasse: 1

Gesamtplatzierung: 1

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:27:59 | 9.33 | 23.96 | 02:27:59 | 9.33 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:38:40 | 9.83 | 50.88 | 05:06:39 | 9.78 |
| Finsterbergen | 24.12 | 02:32:35 | 9.44 | 75.00 | 07:39:14 | 9.80 |
| Fröttstädt | 24.83 | 02:41:16 | 8.93 | 100.00 | 10:20:30 | 9.67 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

