

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Ruf, Oliver

VFR Hausen

Altersklasse: Männer M35 (M35U)

Laufzeit: 11:46:36 (7:04 min/km)

Platz in der Alterklasse: 9

Gesamtplatzierung: 50

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:36:02	9.21	23.96	02:36:02	9.21
Floh-Seligenthal	26.92	02:56:59	9.13	50.88	05:33:01	9.17
Finsterbergen	24.12	02:58:49	8.09	75.00	08:31:50	8.79
Fröttstädt	24.83	03:14:46	7.65	100.00	11:46:36	8.49

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

