

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Kuste, Siegmars

Laufteam Donautal Austria

Altersklasse: Männer M55 (M55U)

Laufzeit: 12:24:19 (7:26 min/km)

Platz in der Alterklasse: 4

Gesamtplatzierung: 68

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:42:12 | 8.51 | 23.96 | 02:42:12 | 8.51 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:55:34 | 8.89 | 50.88 | 05:37:46 | 8.88 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:11:33 | 7.52 | 75.00 | 08:49:19 | 8.50 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:35:00 | 6.70 | 100.00 | 12:24:19 | 8.06 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

