

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4. thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

## Frenz, Michael

LG Nord Berlin Ultrateam

Altersklasse: Männer M40 (M40U)

Laufzeit: 11:21:22 (6:50 min/km)

Platz in der Alterklasse: 6

Gesamtplatzierung: 34

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h  | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|-------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:04:18 | 11.10 | 23.96   | 02:04:18      | 11.10     |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:50:17 | 9.16  | 50.88   | 04:54:35      | 10.18     |
| Finsterbergen    | 24.12 | 02:59:46 | 8.01  | 75.00   | 07:54:21      | 9.49      |
| Fröttstädt       | 24.83 | 03:27:01 | 6.96  | 99.83   | 11:21:22      | 8.72      |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

