

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4.thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

## Aust, Frank

Otternasen

Altersklasse: Männer M40 (M40U)

Laufzeit: 11:38:00 (6:59 min/km)

Platz in der Altersklasse: 11

Gesamtplatzierung: 43

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:24:31 | 9.95 | 23.96   | 02:24:31      | 9.95      |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:47:40 | 9.63 | 50.88   | 05:12:11      | 9.78      |
| Finsterbergen    | 24.12 | 03:11:13 | 7.57 | 75.00   | 08:23:24      | 8.94      |
| Fröttstätt       | 24.83 | 03:14:36 | 7.66 | 99.83   | 11:38:00      | 8.58      |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.

