

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Bracht, Gerhard

EK Schwaikheim

Altersklasse: Männer M55 (M55U)

Laufzeit: 13:24:26 (8:02 min/km)

Platz in der Alterklasse: 11

Gesamtplatzierung: 105

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:52:54 | 7.98 | 23.96 | 02:52:54 | 7.98 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:29:04 | 7.46 | 50.88 | 06:21:58 | 7.85 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:28:05 | 6.92 | 75.00 | 09:50:03 | 7.63 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:34:23 | 6.72 | 100.00 | 13:24:26 | 7.46 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

