

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Näke, Kai

Dresden

Altersklasse: Männer M30 (M30U)

Laufzeit: 13:32:41 (8:08 min/km)

Platz in der Alterklasse: 5

Gesamtplatzierung: 109

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:45:14	8.35	23.96	02:45:14	8.35
Floh-Seligenthal	26.92	03:22:07	7.72	50.88	06:07:21	8.17
Finsterbergen	24.12	03:40:29	6.53	75.00	09:47:50	7.66
Fröttstädt	24.83	03:44:51	6.40	100.00	13:32:41	7.38

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

