

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

**Thüringen Ultra (100.00 km)**

**Röthlingshöfer, Willfried**

TSV Ipsheim

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 10:35:09 (6:21 min/km)

Platz in der Alterklasse: 7

Gesamtplatzierung: 18

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:25:42	9.87	23.96	02:25:42	9.87
Floh-Seligenthal	26.92	02:37:35	10.25	50.88	05:03:17	10.07
Finsterbergen	24.12	02:40:39	9.01	75.00	07:43:56	9.70
Fröttstädt	24.83	02:51:13	8.70	100.00	10:35:09	9.45

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

