

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Schmidt, Dirk

Arnsberg

Altersklasse: Männer M30 (M30U)

Laufzeit: 11:07:10 (6:40 min/km)

Platz in der Alterklasse: 2

Gesamtplatzierung: 28

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:37:44 | 8.75 | 23.96 | 02:37:44 | 8.75 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:47:55 | 9.29 | 50.88 | 05:25:39 | 9.21 |
| Finsterbergen | 24.12 | 02:47:34 | 8.59 | 75.00 | 08:13:13 | 9.12 |
| Fröttstädt | 24.83 | 02:53:57 | 8.28 | 100.00 | 11:07:10 | 8.99 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

