

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Knop, Andreas

DUV Berlin

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 11:27:05 (6:52 min/km)

Platz in der Alterklasse: 13

Gesamtplatzierung: 36

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:39:33 | 9.01 | 23.96 | 02:39:33 | 9.01 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:47:21 | 9.65 | 50.88 | 05:26:54 | 9.34 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:00:06 | 8.04 | 75.00 | 08:27:00 | 8.88 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:00:05 | 8.27 | 100.00 | 11:27:05 | 8.73 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

