

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Aleksy, Szablicki

WKB META Lubliniec

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 12:36:04 (7:34 min/km)

Platz in der Alterklasse: 21

Gesamtplatzierung: 74

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 03:02:15 | 7.57 | 23.96 | 03:02:15 | 7.57 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:13:18 | 8.07 | 50.88 | 06:15:33 | 7.99 |
| Finsterbergen | 24.12 | 03:05:13 | 7.77 | 75.00 | 09:20:46 | 8.02 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:15:18 | 7.37 | 100.00 | 12:36:04 | 7.94 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

