

URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



4. thüringen ULTRA 03.07.2010

Thüringen Ultra (99.83 km)

Wackernagel, Dirk

GM Rennsteiglauferverein

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 12:33:09 (7:32 min/km)

Platz in der Altersklasse: 16

Gesamtplatzierung: 67

Zwischenzeiten:

	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:38:44	8.69	23.96	02:38:44	8.69
Floh-Seligenthal	26.92	02:54:51	8.92	50.88	05:33:35	8.99
Finsterbergen	24.12	03:37:29	6.62	75.00	09:11:04	8.17
Fröttstädt	24.83	03:22:05	7.13	99.83	12:33:09	7.89

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

