

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4. thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

## Sakuth, Holger

M&H Rennsteigteam

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 13:12:15 (7:56 min/km)

Platz in der Altersklasse: 28

Gesamtplatzierung: 90

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:28:06	9.32	23.96	02:28:06	9.32
Floh-Seligenthal	26.92	02:51:17	9.11	50.88	05:19:23	9.39
Finsterbergen	24.12	03:40:38	6.53	75.00	09:00:01	8.33
Fröttstädt	24.83	04:12:14	5.71	99.83	13:12:15	7.50

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

