

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4. thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

## Besier, Michael

Heidenroder Lauftreff

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 13:23:10 (8:03 min/km)

Platz in der Altersklasse: 30

Gesamtplatzierung: 98

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	02:36:14	8.83	23.96	02:36:14	8.83
Floh-Seligenthal	26.92	02:50:08	9.17	50.88	05:26:22	9.19
Finsterbergen	24.12	03:40:29	6.53	75.00	09:06:51	8.23
Fröttstädt	24.83	04:16:19	5.62	99.83	13:23:10	7.40

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

