

URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



4. thüringen ULTRA 03.07.2010

Thüringen Ultra (99.83 km)

Lempken, Uwe

Homberger TV

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 14:18:22 (8:36 min/km)

Platz in der Altersklasse: 34

Gesamtplatzierung: 121

Zwischenzeiten:

| | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 03:00:54 | 7.63 | 23.96 | 03:00:54 | 7.63 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:20:56 | 7.76 | 50.88 | 06:21:50 | 7.86 |
| Finsterbergen | 24.12 | 04:02:52 | 5.93 | 75.00 | 10:24:42 | 7.20 |
| Fröttstädt | 24.83 | 03:53:40 | 6.16 | 99.83 | 14:18:22 | 6.92 |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



Kreissparkasse
Gotha

für ein besseres Leben

INJOY
WIRTSCHAFTS, STADT- & WECHSELHAFT
Schnepfenthal
☎ 0 36 22 / 68 98 2



Lauf-Laden
ERFURT/JENA
Die Spezialisten für Laufschuhe

e-on

Thüringer
Energie

fenner **Communication**
werbeagentur - lettershop

B&H *Spedition*

THÜRINGER
WALDQUELL

KÄMPFER
SPORT- & VEREINSBEDARF

