

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4. thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

**Helf, Felix**

Andernach

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 14:41:16 (8:50 min/km)

Platz in der Altersklasse: 38

Gesamtplatzierung: 133

#### Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 03:00:44 | 7.64 | 23.96   | 03:00:44      | 7.64      |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:26:01 | 7.57 | 50.88   | 06:26:45      | 7.76      |
| Finsterbergen    | 24.12 | 04:02:14 | 5.94 | 75.00   | 10:28:59      | 7.15      |
| Fröttstädt       | 24.83 | 04:12:17 | 5.71 | 99.83   | 14:41:16      | 6.74      |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.

