

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

**Förkel, Detlev**

Weimar

Altersklasse: Männer M40 (M40U)

Laufzeit: 11:28:09 (6:53 min/km)

Platz in der Alterklasse: 9

Gesamtplatzierung: 38

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h  | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|-------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:02:10 | 11.30 | 23.96   | 02:02:10      | 11.30     |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:28:44 | 10.49 | 50.88   | 04:30:54      | 11.07     |
| Finsterbergen    | 24.12 | 02:55:42 | 8.20  | 75.00   | 07:26:36      | 10.08     |
| Fröttstädt       | 24.83 | 04:01:33 | 5.96  | 100.00  | 11:28:09      | 8.72      |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

