

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Pohl, Mathias

LTV Erfurt

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 11:45:38 (7:04 min/km)

Platz in der Alterklasse: 16

Gesamtplatzierung: 49

Zwischenzeiten:

| Kontrolle | km | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:38:04 | 8.73 | 23.96 | 02:38:04 | 8.73 |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:42:58 | 9.57 | 50.88 | 05:21:02 | 9.34 |
| Finstenberg | 24.12 | 02:45:12 | 8.72 | 75.00 | 08:06:14 | 9.25 |
| Fröttstätt | 24.83 | 03:39:24 | 6.56 | 100.00 | 11:45:38 | 8.50 |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstätt e.V.

