

# 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
Fröttstädt	24.83	03:39:24	6.56	100.00	11:45:38	8.50

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

