

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

**Thüringen Ultra (100.00 km)**

**Vinzelberg, Dirk**

LG Roland Haldensleben

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 09:09:56 (5:30 min/km)

Platz in der Alterklasse: 2

Gesamtplatzierung: 4

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	01:59:20	11.56	23.96	01:59:20	11.56
Floh-Seligenthal	26.92	02:20:10	11.13	50.88	04:19:30	11.56
Finsterbergen	24.12	02:33:39	9.37	75.00	06:53:09	10.89
Fröttstädt	24.83	02:16:47	10.53	100.00	09:09:56	10.91

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

