

# URKUNDE

Laufen im „Grünen Herzen Deutschlands“



## 4. thüringen ULTRA 03.07.2010

### Thüringen Ultra (99.83 km)

## Gremmel, Hendrik

Hannover 96

Altersklasse: Männer M45 (M45U)

Laufzeit: 12:16:12 (7:22 min/km)

Platz in der Altersklasse: 14

Gesamtplatzierung: 59

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h  | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|-------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 02:17:37 | 10.03 | 23.96   | 02:17:37      | 10.03     |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 02:49:45 | 9.19  | 50.88   | 05:07:22      | 9.76      |
| Finsterbergen    | 24.12 | 03:06:39 | 7.71  | 75.00   | 08:14:01      | 9.11      |
| Fröttstädt       | 24.83 | 04:02:11 | 5.95  | 99.83   | 12:16:12      | 8.07      |

organisiert durch „Lauffeuer“ Fröttstädt e.V.



für ein besseres Leben

