

# URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

**Pohl, Günther**

LTV Erfurt

Altersklasse: Männer M70 (M70U)

Laufzeit: 14:20:10 (8:36 min/km)

Platz in der Alterklasse: 1

Gesamtplatzierung: 126

Zwischenzeiten:

| Kontrolle        | km    | Laufzeit | km/h | km ges. | Laufzeit ges. | km/h ges. |
|------------------|-------|----------|------|---------|---------------|-----------|
| Ruhlaer Skihütte | 23.96 | 03:00:42 | 7.64 | 23.96   | 03:00:42      | 7.64      |
| Floh-Seligenthal | 26.92 | 03:24:52 | 7.61 | 50.88   | 06:25:34      | 7.78      |
| Finsterbergen    | 24.12 | 03:40:55 | 6.52 | 75.00   | 10:06:29      | 7.42      |
| Fröttstädt       | 24.83 | 04:13:41 | 5.68 | 100.00  | 14:20:10      | 6.98      |

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

