

URKUNDE

100 km im „Grünen Herzen Deutschlands“



3. thüringen ULTRA 04.07.2009

Thüringen Ultra (100.00 km)

Kösling, Holger

100 Marathon Club

Altersklasse: Männer M50 (M50U)

Laufzeit: 15:41:59 (9:25 min/km)

Platz in der Alterklasse: 26

Gesamtplatzierung: 138

Zwischenzeiten:

Kontrolle	km	Laufzeit	km/h	km ges.	Laufzeit ges.	km/h ges.
Ruhlaer Skihütte	23.96	03:03:40	7.51	23.96	03:03:40	7.51
Floh-Seligenthal	26.92	03:32:42	7.33	50.88	06:36:22	7.57
Finsterbergen	24.12	04:07:15	5.82	75.00	10:43:37	6.99
Fröttstädt	24.83	04:58:22	4.83	100.00	15:41:59	6.37

LG „Lauffeuer“ der Feuerwehr Fröttstädt e.V.

